Loha Bhasma or Ayurvedic Iron

Its properties and Therapeutic uses
and
The outlines of the Rational treatment of Some more common chronic diseases.

લોહભસ્મના ગુણ અને ઉપયોગ.

તથા

કેટલાક જીર્ણ વ્યાધિઓનો શાસ્ત્રીય ચિકિત્સાક્રમ.

લખનાર અને છપાવી પ્રસિદ્ધ કરનાર:

વૈદ્ય જે. જે. દવે.

કેમીસ્ટ, ડ્રગીસ્ટ એન્ડ ફાર્મેસીસ્ટ.

દેશી તથા ઇંગ્રેજી દવા બનાવનાર અને વેચનાર.

ધી સંજીવન ફાર્મસી.

શાકગલી બજાર ગેટ સ્ટ્રીટ, ફોટ—મુંબઇ.

પ્રત ૧૦૦૦. સર્વ હક્ક સ્વાધીન. આવૃત્તિ ૧ લી.

સંવત ૧૯૭૧. ઇ. સ. ૧૯૧૪.

ધર્મ વિજય પ્રેસ પાયધુની નં. ૫૭૨, મુંબઇમાં

હરજીવન ભગવાને છાપી.

આ પુસ્તકમાં આવતાં વિષયોની અનુક્રમણિકા.

Loha Bhasma or Ayurvedic Iron

Its Properties and Therapeutic uses

and

The outlines of the Rational treament of Some more common chronic diseases

લોહભસ્મના ગુણ અને ઉપયોગ

તથા

કેટલાક જીર્ણ વ્યાધિઓનો શાસ્ત્રીય ચિકિત્સાક્રમ.

લોહ—એ બહુજ ઉત્તમ રક્ત શોધક અને પૈાષ્ટીક દવા છે. અને તેના તે રક્ત શોધક અને પૈાષ્ટિક ગુણને લીધે દુનિયાના સર્વ વૈદ અને દાકતરો જોકે જુદા જુદા સ્વરૂપમાં પણ બહુ બહોળા પ્રમાણમાં તેનો ઘણા રોગોમાં ઉપયોગ કરે છે.

લોહ એ કાંઇ એકલી દવાજ નથી પણ સૂક્ષ્મ પ્રમાણમાં તે એક શરીરના ખોરાકરૂપ છે, અને ખોરાકની ઘણી ખરી ચીજોમાં તે સૂક્ષ્મ પ્રમાણમાં હોઇ જોઇતાં પ્રમાણમાં હમેશાં તે શરીરને પુરૂં પડતું રહે છે. વિદ્વાન દાકતર સ્ટોકહોમના મત પ્રમાણે તંદુરસ્ત મનુષ્યને આરોગ્યતાને અર્થે હમેશાં $\frac{૧}{૧૧}$ થી $\frac{૧}{૮}$ ગ્રેન લોહ મળવું જોઇએ કે જે

ખોરાકની ઘણી ખરી ચીજોમાં સુક્ષ્મ પ્રમાણુમાં હોવાથી શરીરને કાયમ મળ્યા કરે છે. તેમજ મજકુર દાકતર તેમજ અન્ય વિદ્વાનોના મત પ્રમાણે તંદુરસ્ત મનુષ્યના શરીરમાં એકંદરે ૩૮ થી ૪૦ ગ્રેન જેટલું લોહ હમેશાં રહેલુંજ હોય છે. અને આરોગ્યતાને અર્થે તેટલું રહેવુંજ જોઇએ. ટુંકામાં કહેવાનું જે લોહ આપણાં શરીર માંહેના લોહીનો અગત્યનો ભાગ છે.

અંગ્રેજી વૈદકમાં લોહની કેટલીક સેન્દ્રિય તેમજ નિરિન્દ્રિય પદાર્થો યુક્ત. (Organic and Inorganic Compounds.) બનાવટો છે. ઉપલી બનાવટો માંહેની કેટલીક ગ્રાહિગુણ ધરાવનારી હોય છે, અને કેટલીક તેના મિશ્રણ પ્રમાણે જુદા જુદા ગુણ ધરાવનારી હોય છે, અને જેઓ પોતાના મિશ્રણના ગુણ પ્રમાણે અનેક વ્યાધિઓમાં વપરાય છે.

પણ આર્ય વૈદક શાસ્ત્રમાં તેવી વધારે બનાવટો નથી. પણ સૌથી ઉતમ અને અગત્યની બનાવટ **લોહભસ્મ** નામે ઓળખાય છે, એટલે આર્ય વૈદક શાસ્ત્રમાં **લોહભસ્મ** એ લોહની બહુજ ઉપયોગી અને મુખ્ય બનાવટ છે, આ લોહભસ્મની બનાવટ બહુ ઉપયોગી તે સાથે બહુ નિર્દોષ છે, એટલે તે કોઇ જાતની બીજી ઈજા કરતી નથી. બીજું લોહની કેટલીક અંગ્રેજી બનાવટો કે જેમાં બંધકોષ કરવાનો ખાસ સ્વભાવ છે, તે પ્રમાણે દેશી લોહભસ્મમાં નથી, તેમજ ઉપર કહેલી લોહની કેટલીક બનાવટો હોજરીપર ખરાબ અસર કરી પાચન શક્તિ બગાડી દે છે, તે પ્રમાણે અમારી આ આયુર્વેદિક લોહભસ્મ

કરતી નથી, પણ ઉલટું પાચન શક્તિ વધારે છે, તે શિવાય લોહભસ્મ એ એવી ઉત્તમ બનાવટ છે કે તે પેટમાં જલદી ગળી જઇ તેનું જેટલું વધારેમાં વધારે પ્રમાણમાં લોહીમાં શોષણ થઇ શકે તેવા સ્વરૂપમાં જલદી આવી રહે છે, અને તે પ્રમાણે તેનું સારી રીતે અને જલદી શોષણ થઇ શરીર પર તેની અસર તરત જણાઇ આવે છે, એટલે અમારી આ લોહભસ્મની અસર બહુ ચમત્કારિક છે, અને થોડા દિવસ તે લેવાથી લોહી સુધરી આવી ચહેરો લાલ ગુલાબી થઇ રહે છે, અને શરીરમાં તાકાત આવી બળ અને ઉત્સાહ વધેલા જણાય છે.

BLOOD—બ્લડ. લોહી.

લોહભસ્મના ગુણોનું વર્ણન કરતાં પહેલા લોહીની કુદરતી બનાવટ વિષે થોડી ઘણી હકીકત જાણવાની જરૂર છે. આપણા શરીરને જે હમેશાં પોષણ મળતું રહે છે, તે મુખ્યત્વે કરીને લોહીવડે થાય છે. એટલે લોહી એ આપણા શરીરના પોષણનો મુખ્ય ભાગ હોઇ શરીરના જીવનરૂપ છે. જે ખોરાક આપણે ખાઇએ છીએ તેમાંથી પાચન ક્રિયા વડે ઉપયોગી તત્વોનું શોષણ થઇ તેમાંથી લોહી બને છે. અને એ લોહીમાંથી માંસ, મેદ, અસ્થિ, મજ્જા અને છેવટે શુક્ર અથવા ધાતું પેદા થાય છે. એટલે આખું શરીર લોહી વડેજ છે એમ કહેવામાં કાંઇ ખોટું નથી.

લોહી એ રાતા રંગનું શરીરની અંદરનું બહુજ ઉપયોગી પ્રવાહિ તત્વ છે, જે આખા શરીરમાં કાયમ ફરતું રહી શરીરના દરેક ભાગને પોષણ આપતું રહે છે. લોહીના મુખ્ય બે ભાગ છે. એક

ભાગમાં લોહી માંહેના રક્ત કણો:—The blood corpuscles. જેઓ લોહીમાં બારીકરૂપે અસંખ્ય પ્રમાણમાં હોય છે. અને બીજો ભાગ રક્તજળ. Blood Plasma.

આ બંન્ને ભાગોમાં રક્તકણો બહુજ ઉપયોગી ભાગ છે. આ રક્તકણોમાં પણ બે પ્રકાર છે. એટલે એક રાતા રજકણો. (Red corpuscles.) અને બીજો શ્વેત રજકણો. (White corpuscles or Leucocytes.) આ બંન્ને પ્રકારનાં રજકણોમાં રાતા રજકણો વધારે ઉપયોગી છે, અને પ્રમાણમાં પણ તે ઘણાં વધારે હોય છે. આ રાતા રજકણોનો રંગ રાતો હોવાથી લોહીનો રંગ રાતો દેખાય છે. અને તે રતાશ રાતા રજકણોની અંદરનું તત્વ Haemoglobin. જે ખાસ રાતા રંગનું હોય છે, તેના લીધે છે બીજું શ્વેત કણો પ્રમાણમાં કમતી હોય છે, એટલે દર પાંચસો રાતા કણોએ લગભગ એક શ્વેત કણ હોય છે, આ શ્વેત કણો પણ કેટલાક ઉપયોગી ભાગ બજાવે છે. બીજું લોહીમા જે રક્તજળ હોય છે તેના લીધે લોહી પ્રવાહિ રહે છે. અને તેમાં પણ કેટલાક ઉપયોગી તત્વો રહેલાં છે, અને તે પણ બે પદાર્થોનું બનેલું છે. જેને અંગ્રેજીમાં ફિબ્રિત અને સીરમ કહેવામાં આવે છે.

લોહીનું કુદરતી કામ:—લોહી એ મનુષ્યનું અમુલ્ય જીવન તત્વ છે, અને તે નિરંતરપણે શરીરમાં ફર્યા કરે છે. અને શરીરનું પોષણ કરવાનું તે એક મુખ્ય સાધન છે. ખોરાકમાંથી કેટલીક રસાયણીક ક્રિયાથી પોષણ કરનારો ઉપયોગી પદાર્થ પ્રવાહિ રૂપે જુદો પડી તે

લોહીના સ્વરૂપમાં મળી જાય તેવો થઇ લોહીમાં મિશ્ર થાય છે, અને પછી તે લોહી રૂપ બની જાય છે. જે લોહી શરીરમાં કુદરતી રીતે નિરંતર ફરતું રહી શરીરના દરેક ભાગને કાયમ પોષણ આપતું રહે છે બીજું લોહીથી શરીરને પોષણ મળે છે, એટલુંજ નહી પણ પોતાના ફરવા દરમ્યાન શરીર માંહેના નિરૂપયોગી પડેલા પદાર્થોનું ગ્રહણ કરીને તેને શરીરમાંથી દુર થવા પોતપોતાના યોગ્ય સ્થાનમાં પહોચાડી દે છે, અને પછી જયાંથી તે નિરૂપયોગી પદાર્થો મળ, મુત્ર, પસીનો વિગેરે રૂપમાં શરીરની બહાર નીકળી જાય છે. લોહીનું બીજું કુદરતી ઉપયોગી કામ શરીરના દરેક ભાગને એકસરખી ગરમી આપવાનું છે અને જે કાર્ય લોહી બહું ઝડપથી ફરતું હોવાથી સારી રીતે સચવાઇ રહે છે.

Impure blood. અશુદ્ધ લોહી.

લોહીની અશુદ્ધિના કેટલાક પ્રકારો છે. લોહી માંહેના રાતા રજકણો કમી થઇ શરીરનું ફીકકું પડી જવું તે એક મુખ્ય પ્રકારનો લોહી બીગાડ છે. તે શિવાય યકૃતના દોષને લીધે કમળો વિગેરે વ્યાધિઓ થઇ આવવા તે પણ એક પ્રકારનો લોહી બીગાડ છે તેમજ ઉપદંશ અને ચાંદી જેવો રોગ લાગુ પડી શરીરમાં અનેક જાતના ત્વચાના વિકારો તેમજ સંધિવા વિગેરે સાંધાના કેટલાક રોગો થઇ આવવા તે પણ એક જાતનો લોહી બીગાડ છે. તેમજ શરીરમાં પિત વિગેરે દોષ કોપાયમાન થઇ શરીરે દાદર, ખસ, ખરજવું અને શિળસ વિગેરે ત્વચાના નાના મોટા વ્યાધિઓ થઇ આવવા તે પણ એક પ્રકારનો લોહી બીગાડ છે. અને સર્વેનું અત્રે વિસ્તારથી વર્ણન કરવું અશકય છે. માત્ર અત્રે આપણે મુખ્યત્વે કરીને પહેલા પ્રકારનો લોહી બીગાડ જે

ઘણા પ્રમાણમાં જોવામાં આવે છે તેનોજ વિચાર કરવાનો છે અને તે પ્રમાણે જ્યારે લોહી બીગાડ થઇ છે આવે ત્યારે લોહીમાંના રાતા રજકણો ઘણાં કમી થઇ જાય છે, ચામડી ફીક્કી રૂક્ષ અને નિસ્તેજ થઇ આવે છે. અને તે સાથે લોહીને ફરવાનું કાર્ય પણ બરોબર થઈ શકતું નથી. તે શિવાય લોહીના સ્વરૂપમાં ફેર પડવાની સાથે લોહીના પ્રમાણમાં પણ સેજસાજ ફેર પડી જાય છે. અને એ પ્રમાણે લોહીના સ્વરૂપ અને પ્રમાણમાં ફેર પડવાથી શરીરના દરેક ભાગને શુદ્ધ અને જોઇતા પ્રમાણમાં લોહી મળતું નથી અને તેથી શરીરનું બરોબર પોષણ નહી થતાં અનેક જાતના ઉપદ્રવો થઇ આવે છે, અને શરીરનું નિયમિત કાર્ય બરોબર ચાલતુ નથી. જેમ કે પાચન શક્તિ ખરાબ થઇ જઇ ખોરાકનું બરોબર પાચન થતું નથી. મગજ અને જ્ઞાનતંતુઓનું બરોબર પોષણ નહી થતાં તેઓ નબળા પડી જાય છે. અને કોઇ પણ જાતનું મગજનું કામ બરોબર થઇ શકતું નથી. તેમજ હ્રદય અને ફેફ્સા જેવા ઉપયોગી અવયવો પણ બરોબર તેનુ કાર્ય કરી શકતા નથી અને એ પ્રમાણ દરેક નાના મોટા અવયવોના કાર્યમાં ખલેલ પહોચે છે અને એકંદરે શરીરમાં દરેક જાતની નબળાઇ જણાય છે. માટે આ ઉપરથી એટલું સમજવાનું જે શુદ્ધ લોહીના ઉપર આપણું જીવન છે. લોહી જો શુદ્ધ અને જોઈતા પ્રમાણમાં હોય તોજ આપણું સારી રીતે પોષણ થાય છે, પણ તેથી ઉલટું લોહી જો અશુદ્ધ અને કમતી પ્રમાણમાં હોય તો શરીરના ઉપયોગી ભાગમાં અશુદ્ધ અને કમતી લોહી મળવાથી શરીરનું જોઇએ તેવું પોષણ થતું નથી એટલુંજ નહી પણ શરીર માંહેના નિરૂપયોગી પદાર્થો કે જે લોહી વડે બહાર ખેંચાઇ આવે છે

તેનો પણ બરોબર બહાર નીકાસ નહી થવાથી લોહી ઉત્તરાત્તેર અશુદ્ધ બનતું રહે છે, અને અનેક જાતના વ્યાધિઓ થઈ આવવા સંભવ છે. માટે દરેક મનુષ્યોએ પોતાનું લોહી શુદ્ધ અને જોઇતા પ્રમાણમાં રહે તેની પુરતી કાળજી રાખવી જોઇએ. અને જરા પણ લોહીની અશુદ્ધિ અગર નબળાઇ અગર ન્યુનતા જોવામાં આવે તો વખત નહી ગુમાવતાં યોગ્ય ઉપાયો કામ લગાડવા જોઇએ લોહીની અશુદ્ધિ-અને ન્યુનતાં વિષે વિદ્વાન દાકતર કોમ્બ નિચે પ્રમાણે લખે છે:—

'The quantity and quality of the blood have a most direct and material influence upon the condition of every part of the boody. If the quantity sent to any part of the boody be diminished or is diminished, that part being then imperfectly nourished, wastes away and does not regain its plumpness till the full supply of blood be restored. In like manner, when the quality of the blood is impaired, the body, and all its functions, becomes more or less disordered."

From above it is plain that the blood is life and that by a diseased, impure and poor condition of the blood, from whatever cause, the seeds of various dangerous diseases are conveyed to all parts of the system, and therefore no medicine, which does not

renovate, purify and enrich the blood, can expel disease.

Loha Bhasma is the most powerful blood Purifier.

લોહભસ્મ એ બહુજ ઉત્તમ રક્ત શોધક દવા છે.

લોહભસ્મનો મુખ્ય ગુણ લોહી સુધારવાનો છે, એટલે તે લોહી માંહેના રાતા રજકણોનો વધારો કરે છે તંદુરસ્ત સ્થિતિમાં આવા રજકણો લોહીમાં હમેશાં અમુક પ્રમાણમાં હોય છે અને હોવાં જોઇએ, પણ જ્યારે કોઇપણ વ્યાધિ અગર તેવા બીજા કારણોને લીધે લોહીમાંના રાતા રજકણો કમી થઇ જાય ત્યારે લોહી બગડેલુ અગર નબળું પડેલું કહેવાય છે, અને તે વખતે લોહી માંહેના રાતા રજકણો કમતી થઇ જવાથી દરદીનું શરીર ફીકકુ પડી જાય છે, આવા ચિન્હો થતા તે પાન્ડું રોગ કહેવાય છે, અને આવી રીતે પાન્ડુતા અગર ફીક્કાપણું ઘણાં જીર્ણ વ્યાધિઓમાં અગર તો વ્યાધિઓના પરિણામ રૂપ થઇ આવે છે. આવી રીતે પાંન્ડુતા અગર ફીક્કાપણું નીચેની વ્યાધિઓમાં ઘણું કરીને થઇ આવવા સંભવ છે, પાન્ડુ રોગ, કલોરોસીસ, જીર્ણજવર, ક્ષય, રક્તપિત્ત, જીર્ણઅતિસાર, મરડો, સંગ્રહણિ, તથા અર્શ વિગેરે, તેમજ જીર્ણમલેરિયા, Malarial cachexia. બરોળ તથા યકૃતની વૃદ્ધિ તથા તેના જીર્ણ વ્યાધિઓ (Enlarged Spleen and Liver.) તથા કમળો વિગેરે, તેમજ હૃદય તથા મુત્રપીંડના કેટલાક જીર્ણ વ્યાધિઓ જેવા કે છાતીનો ધપકારો તથા બ્રાઇટસ ડીઝીઝ વિગેરે, તેમજ જ્ઞાન

તંતુના કેટલાક જીર્ણું રોગો, તેમજ સ્ત્રીઓનો જીર્ણું સુવારોગ તથા જીર્ણું પ્રદરનો રોગ તેમજ આર્તવનું અનિયમિતપણું વિગેરે. તેમજ બચ્ચાંને ઉપર કહેલા અતિસારાદિ વ્યાધિઓ ઉપરાંત પોષણની ખામીથી થઇ આવતો Riackets રીકેટસ અસ્થિ દૌર્બલ્યતાનો રોગ તથા માટી અગર ધુડ ખાવાની ટેવથી બચ્ચાંને થઇ આવતો પાન્ડુરોગ વિગેરે, ઉપર કહેલા સર્વે રોગોની જીર્ણ અવસ્થામાં લોહી માંહેના રાતા રજકણો કમી થઇ જઇ શરીર ફીકકું પડી જાય છે. તે સર્વેમાં **લોહ ભસ્મ એ એક** અકસીર ઉપાય છે. લોહ ભસ્મનું થોડા દિવસ સેવન કરવાથી લોહી માંહેના રાતા રજકણો જે કમતી થઈ ગયા હોય તે વધી આવે છે અને શરીરમાં જે ફીકાશ પાન્ડુતા તથા નબળાઇ વિગેરે જણાતાં હોય તે દુર થાય છે. એટલે ટુંકામાં કહેવાનું જે **લોહ ભસ્મનો મુખ્ય ગુણ લોહી સુધારવાનો છે.**

તંદુરસ્ત અવસ્થામાં જોકે લોહ ભસ્મ લોહી માંહેના રાતા રજકણોની સંખ્યા તથા તેના સ્વરૂપમાં તરત દેખાઇ આવે તેવો બહુ વધારે ફેરફાર કરી શકતી નથી. કારણકે લોહીમાંનાં રાતા રજકણો તેના અમુક પ્રમાણમાં અને અમુક સ્વરૂપમાં હોય તો બસ છે પણ જ્યારે ઉપર કહેલા કારણોથી જ્યારે લોહી માંહેના રાતા કણો કમી થઇ ગયા હોય ત્યારે લોહ ભસ્મ તેની વૃદ્ધિ કરે છે એટલુંજ નહીં પણ રાતાકણોનું ઉપયોગી તત્વ જે હેમોગ્લોબીન Haemoglobin કરીને છે તેના ગુણ અને સ્વરૂપમાં પણ સુધારો તથા વધારો કરે છે. કારણકે લોહીમાં જે કુદરતી લોહનો ભાગ હોય છે તે આ હેમોગ્લોબીનમાંજ વધારે પ્રમાણમાં રહેલો છે.

Loha Bhasma is the most powerful Tonic and Restorative.

લોહ ભસ્મ એ ઉત્તમ પૌષ્ટીક અને શક્તિ વર્ધક દવા છે.

બીજું લોહી સુધારવા ઉપરાંત લોહ ભસ્મ એ બહુજ ઉત્તમ પૈાષ્ટિક અને શકિત વર્ધક દવા છે. એટલે જ્યાં જ્યાં રકત શુદ્ધિ અને પૈાષ્ટીક દવાની જરૂર હોય ત્યાં ત્યાં લોહ ભસ્મ બહુ ઉપયેાગી છે. તમામ જાતની પૈાષ્ટીક દવાઓમાં **લોહ ભસ્મ** એ સૈાથી ઉત્તમ તે સાથે નિર્દોષ દવા છે. લોહ ભસ્મથી લોહી સુધરી આવી દરેક અવયવેાને શુદ્ધ લોહી પુરૂં પડે છે. અને તે પ્રમાણે શુદ્ધ લોહી મળતાં શરીરના દરેક અવયવેા જેવા કે જઠર, ફેફસાં, હૃદય, અને મગજ વિગેરે વધારે પ્રમાણમાં કામ કરવા શકિતવાન થાય છે. એટલે પાચનશકિત તેનું કામ બરેાબર કર્યાં કરે છે, ફેફસાં અને હૃદય વિગેરેમાં શુંદ્ધ લોહીનું આવાગમન થતાં તે અંગેા નિયમિત રીતે કામ બજાવતાં રહે છે અને મગજ જેવા ઉપયેાગી અવયવને શુદ્ધ લોહી મળતાં તે દ્રઢ અને મજબુત બની શરીરરૂપી યંત્ર નિયમિત ચાલુ રહે છે.

બીજું હરકોઇ પ્રકારના સખત તેમજ જીર્ણ એટલે લાંબા વખતના મંદવાડ પછી શરીરમાં જે શિથિલતા અને નબળાઈ જણાય છે. તેમજ શરીરના દરેક અવયવેા જે અનિયમિત થઇ ગયા હેાય છે તે લોહ ભસ્મના સેવનથી પાછા નિયમિત થઈ જાય છે એટલે હરકોઇ પ્રકારના જીર્ણ મંદવાડ પછી **લોહ ભસ્મ** એ એક ઇશ્વરી બક્ષિસ તુલ્ય છે.

પ૪૪૪.

ટુંકામાં કહેવાનું જે **લોહ ભસ્મ** એ શરીરના દરેક ભાગને પુષ્ટી આપી મગજ, જ્ઞાન તંતુઓ અને સ્નાયુઓને મજબુત બનાવી શરીરની દરેક જાતની નબળાઇ મટાડનાર એક ઉત્તમ અને અકસીર દવા છે.

Loha Bhasma is also useful to the healthy for continuons health.

તંદુરસ્ત મનુષ્યને પણ શક્તિ જાળવી રાખવા માટે લોહ ભસ્મ ઉપયોગી છે.

લોહ ભસ્મ જેમ માંદા માણુસને વ્યાધિ પરત્વે ઉપયોગી છે તેજ પ્રમાણે તંદુરસ્ત મનુષ્યને પણ ઉપયોગી છે. લોહ ભસ્મથી લોહીની શુદ્ધિ જળવાતાં વિર્ય અથવા ધાતુ કે જે શુદ્ધ લોહીમાંથીજ પેદા થાય છે તે પણ બરોબર શુદ્ધ અને વૃદ્ધિ પામતુંજ રહે છે. બીજું લોહ ભમ્મથી મગજ જ્ઞાનતંતુઓ અને સ્નાયુંઓ દ્રઢ અને મજબુત રહે છે, કારણુકે મગજ અને જ્ઞાનતંતુનું પોષણ શુદ્ધ લોહીના ઉપર આધાર રાખે છે. લોહી જેમ શુદ્ધ અને જોઇતા પ્રમાણમાં મગજમાં ફરતું રહે તોજ મગજ અને જ્ઞાનતંતુઓ દ્રઢ અને મજબુત રહે છે, અને એકંદર રીતે આખું શરીરરૂપી યંત્ર બરોબર ચાલતું રહે છે, અને તે પ્રમાણે હોઇ મગજમારીનું કામ કરનારને લોહ ભસ્મ એ ખાસ ઉપયોગી છે. ટુંકામાં કહેવાનું જે લોહ ભમ્મથી લોહી, વીર્ય તથા જ્ઞાનતંતુઓ કે જે શરીરના સ્થંભરૂપ છે તે દ્રઢ અને મજબુત રહે છે અને તેથી મનુષ્ય સુખ અને આનંદમય જીંદગી ભોગવવા શક્તિવાન થાય છે. અને તે પ્રમાણે શરીર અને મન દ્રઢ અને મજબુત રહેતાં કોઇ

પણ જાતનો રોગ જલદી હુમલો કરી શકતો નથી એટલે દરેક મનુષ્યે શરીરમાં જરાપણ નબળાઇ જણાતાં લોહ ભસ્મ લેવી જરૂરની છે તેમજ દરેક તંદુરસ્ત મનુષ્યે પણ દર વર્ષે પોતાના આરોગ્ય જીવનના અર્થે થોડા દિવસ લોહ ભસ્મનું સેવન કરવું જરૂરનું છે.

Use of Loha Bhasma aud its Common adjuvants and Vehicles.

લોહ ભસ્મ વાપરવાની રીત અને તેના સામાન્ય અનુપાન.

લોહ ભસ્મ એ જીર્ણ વ્યાધિમાંજ બહુ ઉપયોગી છે.

લોહ ભસ્મ એ ઉત્તમ પૈાષ્ટીક અને શક્તિ વર્ધક દવા છે. નિયમ તરીકે પૈાષ્ટીક દવાઓ ઘણું કરીને વ્યાધિના સખત સ્વરૂપમાં વપરાતી નથી પણ વ્યાધિના જીર્ણ સ્વરૂપમાંજ ઘણું કરીને વપરાય છે. તેમજ પૈાષ્ટિક દવાની અસર એકદમ તાત્કાલિક જણાતી નથી પણ તેઓ ધીરેધીરે શરીરના દરેક ભાગને પુષ્ટી આપે છે તે પ્રમાણે લોહ ભસ્મ એ ઘણું કરીને વ્યાધિના જીર્ણ સ્વરૂપમાંજ વધારે ઉપયોગી છે, અને જીર્ણ સ્વરૂપમાં તેનું યોગ્ય વખત સેવન કરવાથી ઉત્તમ ગુણ જણાવે છે.

લોહ ભસ્મના અનુપાન.

અંગ્રેજી દવાના મિક્ષ્ચરો તથા ગોળીયો અને ચુર્ણો વિગેરેમાં જેમ એક મુખ્ય દવાની સાથે તેના ગુણમાં વૃદ્ધિ કરવા એકાદએ બીજી દવાઓ નંખાય છે અને જેને Adjuvent એડજયુવન્ટ કહે છે.

તેમજ તે મુળ દવાનો ખરાબ સ્વાદ તથા ગંધ વિગેરે કમતી થઇ તે સહેલાઇથી લઇ શકાય તેવા સ્વરૂપમાં લાવવા માટે જેમ કેટલાક સુ-ગંધિ જળો. જેવાકે aqua mentha, aqua chloroform વિગેરે વપરાય છે. અને જેને Vehicle વીહીકલ કહે છે. તેજ પ્રમાણે દેશી વૈદકમાં અનુપાન છે. અનુપાનમાં ઉપર કહેલ એડજન્ટ તથા વીહીકલ બંન્નેનો થોડા ઘણા અંશે સમાવેશ થાય છે. એટલે દેશી વૈદકમાં અનુપાન એ બહુ અગત્યનું છે. કેટલીકવાર મુળ દવા જે જલદી અસર કરતી ન હોય તે યોગ્ય અનુપાનથી જલદી અન ચોકસ અસર કરે છે. એટલે અનુપાનની વસ્તુઓજ એવી હોય છે જે મુળ દવાની શક્તિ વધારી તેનાં ગુણમાં વૃદ્ધિ કરે છે. તેમજ અનુપાનની બીજી ખુબી એ છે જે એકજ મુળ દવા જુદા જુદા અનુપાનથી જુદો જુદો ગુણ કરી ઘણાં વ્યાધિઓઓમાં વપરાય છે. ટુંકામાં કહેવાનું જે દેશી વૈદકમાં અનુપાન એ બહુ અગત્યનું છે.

ઉપર પ્રમાણે લોહ ભસ્મ પણ ઘણું કરીને વ્યાધિ પરત્વે જુદા જુદા અનુપાનથી વપરાય છે અને તે પ્રમાણે યોગ્ય અનુપાન સાથે વા-પરવાથી ઘણો સારો ફાયદો થાય છે. અત્રે આપણે લોહ ભસ્મના વ્યાધિ પરત્વેના અનુપાનો એક સાથે આપતા નથી પણ પાછળ જે જે વ્યાધિમાં લોહ ભસ્મ વાપરવા કરેલ છે તેની સાથે અનુપાન વિગતવાર આપેલ છે. કે જે પ્રમાણે વાપરવાથી તરત ફાયદો જણાશે. અત્રે નિચે લોહ ભસ્મનાં સામાન્ય અનુપાનો અને તેમાંના કેટલાકની બનાવટો વિગતવાર આપીએ છીએ કે જે બરોબર ધ્યાનમાં રાખવાથી લોહ ભસ્મ વાપરતાં બહુ સુગમતા પડે છે.

લોહ ભસ્મના સામાન્ય અનુપાનો અને તેની બનાવટ.

ત્રિફળા ચુર્ણ—ત્રિફળા ચુર્ણ એ લોહ ભસ્મનુ સામાન્ય અને ઉત્તમ અનુપાન છે, અને જ્યાં જ્યાં પિત્ત શામક, શોધક, અને સેજ મળ શેાધન અસર થવાની જરૂર હોય ત્યાં ત્યાં લોહ ભસ્મ ત્રિફળા સાથે ઘણું કરીને વપરાય છે. વળી લોહનો સ્વભાવ થોડા અંશે સહેજ ગ્રાહિ છે, તેમજ લોહની દરેક બનાવટ સેજસાજ સારક Laxative દવાની સાથે આપવાથી તેની સારી અને જલદી અસર થાય છે, એટલે લોહ ભસ્મ ઘણા વ્યાધિઓમાં ત્રિફળાના અનુપાનથી વપરાય છે.

ત્રિફળાની બનાવટ—હરડેની છાલ, બહેડાંની છાલ, તથા આંબળાંની છાલ એ ત્રણે દવાઓ સરખે ભાગે લઇ તેનું બારીક વસ્ત્રગાળ ચુર્ણ બનાવવું.

પ્રમાણ=પા થી અર્ધો તોલો.

લીંડી પીપર—લીંડી પીપર પણ ત્રીફળાની પેઠે લોહ ભસ્મનું એક ઉત્તમ અનુપાન છે. લીંડી પીપરનું ચુર્ણ જેમ બારીક હોય તેમ વધારે સારૂં ગણાય છે અને તે માટે લીંડી પીપરને ખરલમાં એક સરખી અમુક વખત સુધી વાટીને તૈયાર કરવામાં આવે છે અને જેટલો વખત તે વાટેલ હોય તે પ્રમાણે તેના નામો રાખેલ છે. જેવીકે બાર પહોરી, ચોવીસ પહોરી, અને બત્રીશ પહોરી વિગેરે સાધારણ રીતે બાર પહોરી ઠીક છે. લોહ ભસ્મ સાધારણ રીતે મંદાગ્નિ વિગેરેમાં તેમજ અશક્તિ વિગેરેમાં લીંડી પીપરના અનુપાનથી વપરાય છે.

પ્રમાણ=એકથી બે વાલ.

રસાયન સુર્ણ—ધાતુ પૌષ્ટિક ઉપાય તરીકે જ્યાં જ્યાં લોહ ભસ્મ વાપરવાની હોય ત્યાં ત્યાં ઘણું કરીને રસાયન ચુર્ણ સાથે વાપરવી સારી છે. રસાયન ચુર્ણ એ તદન વનસ્પતિની બનાવટ છે, અને તેના માટે આયુર્વેદ શાસ્ત્રમાં બહુ સારી ભલામણ કરવામાં આવી છે. એટલે તે ધાતુની શુદ્ધિ અને વૃદ્ધિ બહુ સારી રીતે કરે છે.

રસાયન ચુર્ણની બનાવટ—ગળો, ગોખરૂ, અને આંબળા એ ત્રણે ચીજો સુકી સરખે વજને લઇ તેનું બારીક વસ્ત્રગાળ ચુર્ણ કરવું.

પ્રમાણ=પા થી અર્ધો તોલો.

સીતોપલાદિ ચુર્ણ—સીતોપલાદિ ચુર્ણ એ ક્ષય, તથા ખાંસી વિગેરેનો એક ઉત્તમ ઉપાય છે એટલે ક્ષય રોગની શરૂઆતનો તે મુખ્ય ઉપાય છે. અને જો શ્રધ્ધા પુર્વક તેનું ચાર છ મહીના સુધી નિયમિત સેવન કરવામાં આવે તો તેનાથી ઘણો સારો ફાયદો થાય છે. એટલે ક્ષય રોગના સામાન્ય લક્ષણો જેવાં કે ખાંસી, અગ્નિમાંધપણું, બળખામાં લોહીનું પડવું, હાથ પગનો દાહ, તથા પડખાનું શુળ તથા જીર્ણ જ્વર વિગેરેમાં બહુ સારી અસર કરે છે. અને આ પ્રમાણે ખાંસી વિગેરેમાં લોહ ભસ્મ સીતોપલાદિ ચુર્ણ સાથે વપરાય છે.

શીતોપલાદિ ચુર્ણની બનાવટ—તજ ૧ ભાગ, એલચી ૨ ભાગ, લીંડી પીંપર ૪ ભાગ, વાંસ કપુર ૮ ભાગ અને સાકર ૧૬ ભાગ એ સર્વે ચીજોનું બારીક વસ્ત્રગાળ સુર્ણ કરવું.

પ્રમાણ=પા થી અર્ધો તોલો.

ગુડુચ્યાદિ ચુર્ણુ—આ ચુર્ણુ એક અમારી અનુભવ સિધ્ધ બનાવટ છે, અને ઘણા દરદીઓપર અજમાવેલ છે. આ ચુર્ણની સાથે લોહ ભસ્મ ઘણાં જીર્ણુ વ્યાધિઓમાં ચમત્કારિક ફાયદો કરે છે.

ગુડુચ્યાદિ ચુર્ણની બનાવટ—ગળો, લીંડી પીપર, હરડે, બહેડા તથા આંબળા એ પાંચ ચીજો સરખે વજને લઇ તેનું બારીક વસ્ત્રગાળ ચુર્ણ કરવું. પ્રમાણ=પા થી અર્ધો તોલો.

ગળોનું ચુર્ણ અને ગળોનું સત્વ—ગળો એ જીર્ણ જ્વર, પ્રદર પ્રમેહ તથા પિ-ત પ્રકોપમાં બહુ ઉપયોગી છે. અને તેવા વ્યાધિઓમાં લોહ ભસ્મ ગળોનું ચુર્ણ અગર ગળો સત્વ સાથે વપરાય છે.

ગળોનું ચુર્ણ—સુકી ગળોને ખાંડી બારીક વસ્ત્રગાળ ચુર્ણ બનાવવું. ગળો સત્વની બનાવટ ખટપટ વાળી છે એટલે તે તૈયાર લેવું સારૂં છે.

ઉપર કહેલ લોહ ભસ્મના બહુ ઉપયોગી અનુપાનો છે. બાકી વ્યાધિ પરત્વે બીજા અનેક અનુપાનથી લોહ ભસ્મ વાપરી શકાય છે.

લોહ ભસ્મ વાપરતા રાખવી જોઇતી સાવચેતી—લોહ ભસ્મ અગર લોહની કોઇપણ બનાવટ ઘણું કરીને દરેક વ્યાધિના જીર્ણ સ્વરૂપમાંજ વપરાય છે. એટલે તે કોઇ પણ જાતના સખત મંદવાડ અગર સખત તાવ વિગેરેમાં ઉપયોગી નથી. બીજુ લોહ અગર લોહની કોઇ પણ બનાવટ લેતી વખતે કોઇ કોઇવાર સેજસાજ ઝાડાની કબજીયત જણાય છે તેમજ ઝાડો રંગમાં કાળો ઉતરે છે અને તે કુદરતી છે.

ઝાડો કબજ જણાય તો વખતો વખત ત્રીફળા ચુર્ણ લેતાં રહેવું. અગર તો જરૂર લાગે તો લોહભસ્મ ત્રીફળાના અનુપાનથી લેવી. બીજું લોહભસ્મ અગર તો લોહની કોઇપણ બનાવટ એકી સાથે બહુ લાંબો વખત ચાલુ રાખવી નહીં, પણ વચમાં વચમાં થોડા દીવસને માટે બંધ રાખવી, અને પાછી ફરીથી શરૂ કરવી. કારણ કે બરોબર ફાયદો થવા માટે લોહભસ્મ લાંબો વખત લેવાની જરૂર છે. બીજું લોહભસ્મ લેતી વખતે જો કે કોઇ જાતની બહુ સખ્ત પથ્ય પાળવાની જરૂર નથી, પણ બનતા સુધી તેલ મરચું વધારે પ્રમાણમાં લેવું નહી. તેમજ આંમલી જેવી ખાટી ચીજ ખાવી નહીં.

લોહભસ્મનું પ્રમાણ—૧ થી ૩ રતી અગર ૨ થી ૬ ગ્રેન

Use of Loha Bhasma in Various diseases.

વ્યાધિ પરત્વે લોહભસ્મનો ઉપયોગ.

આયુર્વેદ શાસ્ત્રમાં લોહભસ્મનાં નીચે પ્રમાણે ગુણો તથા ઉપયોગ કહ્યા છે.

कान्तं तुशीतं मधुरं कषायमायुः करंधातु विवर्धनंच ।
हन्या त्रिदोष व्रणमेह कुष्ट प्लीहोदर ग्रन्थिविष क्रिमींश्च ॥
पान्डुं पीडयति क्षयं क्षपयति क्षैण्यं क्षिणोति क्षणात्
कासं नाशयतिभ्रमं शमयति श्वेष्मामयान् खादति. ।

अस्त्रंगुल्म सशूल पीनसवमि श्वासप्रमेहारुचीर्
आग्नून्मूलयातिप्रकम्पनहरं लोहं हिमंचाक्षुषम्. ॥

ભાવાર્થ—લેાહભસ્મ શીતળ, મધુર આયુષ્ય તથા ધાતુને વધારનાર છે. તેમજ વાત, પિત્ત તથા કફ વિગેરે ત્રણે દેાષેા. વ્રણુ, પ્રમેહ, કુષ્ટ, બરેાળ વિગેરે ઉદરના રેાગેા તથા વિષદેાષ તથા કૃમીનેા નાશ કરનાર છે.

તથા લેાહભસ્મ, પાન્ડુરેાગ, ક્ષય, શરીરનું દુબળાપણું તથા ખાંસીને મટાડે છે, ભ્રમ તથા ચકરી તથા કફના રેાગેાનેા નાશ કરે છે. તેમજ લેાહીવિકાર, ગુલ્મ, પીનસ, ઉલટી, શ્વાસ, પ્રમેહ, તથા અરૂચી વિગેરે વ્યાધિએા દુર કરે છે. તેમજ આંખની નબળાઇ મટાડી દ્રષ્ટી મજબુત કરે છે.

લેાહભસ્મ વાપરતાં કેટલીક ઉપયેાગી સુચના.

દરેક રેાગેાની સાથે લેાહભસ્મના અનુપાનેા કહ્યાં છે. અને તેમાં તે ઘણું કરીને મધ સાથે ખાવાની હેાય છે, અને જ્યાંસુધી મધ મળી આવે ત્યાંસુધી મધ સાથે વાપરવી, પણ જ્યાં મધ મળી ન આવે, અગર તેા મધ સાથે લેવું પસંદ ન હેાય ત્યાં સાકર વાપરવી એટલે આશરે પા તેાલેા સાકરના ચુર્ણ સાથે લેવી, અને મધ મળી આવે તેા મધ તે દવા ચાટવા જેવી થાય તેટલું લેવું. બીજું જ્યાં જ્યાં મધ અને ઘી બંન્ને લખ્યાં હેાય ત્યાં ત્યાં તે બંન્ને મળીને દવા ચાટવા જેવી થાય તેટલાં લેવાં, પણ તે સાથે એટલું ધ્યાનમાં રાખ-

વાનું જે ઘી તથા મધ એકસરખા વજને લેવાં નહી પણ સેજસાજ ઓછા વધતાં લેવાં.

આ પુસ્તકમાં કહેલ વજન વિષે સુચના.

આ પુસ્તકમાં રતી, વાલ તથા તોલા વિગેરેનું વજન લખ્યું છે અને તેની સમજણ નીચે પ્રમાણે છે.

૨ ગ્રેન એટલે ઘઉં ભારની ૧ રતી બરોબર ૨ ગ્રેન આશરે
૩ રતીનો ૧ વાલ બરોબર ૬ ગ્રેન આશરે
૩૨ વાલનો ૧ તોલો બરોબર ૧૯૨ ગ્રેન આશરે.

જુદા જુદા વ્યાધિઓ અને તેમાં લોહભસ્મનો ઉપયોગ.

Anaemia. એનીમિયા પાન્ડુરોગ.

એનીમિયા અથવા પાન્ડુરોગમાં લોહભસ્મ એક અકસીર ઉપાય છે. પાન્ડુરોગમાં લોહી માંહેના રાતા રજકણો બહુજ કમતી થઇ ગયેલાં હોય છે. અને તેથી આખું શરીર ફીકકુ પડી જાય છે એટલે દરદીનો ચહેરો, હોઠ, જીભ, તથા આંખની પાંપણની અંદરનો ભાગ પણ ફીકકો પડી જાય છે, અને દરદી નિર્બળ, નિસ્તેજ અને શિથિલ દેખાય છે. પાન્ડુરોગ કોઇવાર મુળરોગ તરીકે (Primary) હોય છે. અને કોઇ કોઇવાર જીર્ણ અતિસાર, મરડો, સંગ્રહણિ, રક્તપિત્ત, મલેરિયા, તથા યકૃત તથા બરોળની વૃદ્ધિ તથા પીશાબમાં આલબ્યુમીન જવાનો વ્યાધિ વિગેરેના પરિણામરૂપ અગર ચિન્હ તરીકે (Secondary or Symptomatic.) હોય છે. ઉપરના બંન્ને પ્રકાર પૈકી

ગમે તે પ્રકારનો પાન્ડુરેાગ હોય તેમાં લોહભસ્મ એક અકસીર ઉપાય છે. એટલે લોહભસ્મ થોડા દિવસ લેવાથી લોહી માંહેના રાતા રજકણો વધી આવી પાન્ડુરેાગ મટી શરીરની ફીક્કાશ મટે છે, અને ચહેરો તથા શરીર લાલ અને તંદુરસ્ત બની જઈ દરદી પુર્વની આરેાગ્ય અવસ્થામાં આવી જાય છે.

Chlorosis-કલોરોસીસ. જુવાન સ્ત્રીઓને થતો ખાસ પાન્ડુરેાગ.

કલોરોસીસ-એ ઉપર કહેલ પાન્ડુરેાગને મળતો રોગ છે. અને તે ખાસ કરીને જુવાન કન્યા તથા સ્ત્રીઓને થાય છે અને ઘણું કરીને પંદરથી પચીસ વરસની અંદરજ જણાય છે. કલોરોસીસનો રોગ થવાના કારણો ઘણાં છે અને તેમાં પણ કેટલેાક મતભેદ છે, તોપણ તે ઘણું કરીને સ્ત્રીઓને આવતા માસિક અટકાવના અનિયમિતપણાથી તેમજ જુવાનીની શરૂઆતમાં થતાં એકાએક શારીરિક અને માનસિક ફેરફારથી તેમજ જ્ઞાનતંતુના વિકારથી તેમજ કેટલીક વાર જીર્ણ કુબજીયતના રોગથી અગર તેવા બીજા કારણોથી થઇ આવે છે. આ વ્યાધિમાં પાન્ડુરેાગની પેઠે સ્ત્રીના શરીરમાં ફીક્કાશ આવી જાય છે અને તે પણ ખાસ પ્રકારની લીલાશ પડતી ફીક્કાશ હોય છે અને જેને લઇને આ વ્યાધિનું બીજું નામ Green Sickness રાખ્યું છે. આ વ્યાધિમાં પાન્ડુરેાગની પેઠે દરદીનો ચહેરો, હોઠ, જીભ, અને પાંપણની અંદરનો ભાગ પણ ફીક્કો પડી જાય છે, તેમજ દરદીની ચામડી રૂક્ષ અને ફીક્કી પડી જાય છે, અને એક જાતની પારદર્શકતા

ધારણ કરી ચામડી જાણે તકતકતી હોય તેમ જણાય છે, ને સાથે સ્રીને નબળાઇ બહુ જણાય છે, અને સેજસાજ કામ કરતાં થાકી જઇ શ્વાસ ચડી આવે છે. તેમજ છાતીનો ધપકારો પણ વધી પડે છે, કેટલીક વાર આ વ્યાધિમાં દરદીને નબળાઇની સાથે સુકી ખાંસી જેવું જણાય છે, અને પિત્ત પ્રકોપને લીધે કેટલીકવાર શરીર પણ તપેલુ રહે છે, અને તે ઉપરથી સ્ત્રીને ક્ષય રોગ લાગુ થયો હશે એમ ઘરના મનુષ્યો માની લે છે. ઉપરના લક્ષણો ઉપરાંત સ્રીની પ્રકૃતિ પણ ચિન્તાતુર, નાઉમેદ અને ચીડાઉ થઇ જાય છે, અને તેમાંથી કેટલીકવાર હીસ્ટીરીયા જેવા વ્યાધિનું બીજ રોપાય છે. ટુંકામાં કહેવાનું જે આ વ્યાધિમાં સ્રીનો ચહેરો ફીકો પડી જાય છે, શરીરમાં દરેક જાતની નબળાઇ જણાય છે, સેજસાજ મેનત કરતા થાકી જઇ શ્વાસ ચડી આવે છે, માથાનો દુખાવો અને બેચેની જણાયા કરે છે, છાતીનો ધપકારો વધારે જણાય છે, પાચન શક્તિ ખરાબ થઇ જાય છે, અને પેટમાં ખટાશ વધી પડી ખાટા ઓડકાર આવ્યા કરે છે, ઘણું કરીને દસ્તની કબજીયત જણાય છે, તેમજ ઘણું કરીને રૂતુનું આવવુ પણું અનિયમિત થઇ ગયેલું હોય છે. અને એકંદરે સ્ત્રી તદન નિર્બળ અને નિરૂત્સાહ થઇ રહે છે.

ઉપાય—પાન્ડુરોગ અને કલોરોસીસ એ બંન્ને વ્યાધિઓ લગભગ એકબીજાંને મળતા છે. અને તેના ઉપાયો પણ લગભગ સરખા છે. આ બંન્ને વ્યાધિઓમાં યોગ્ય અનુપાનની સાથે લોહભસ્મ એ એક અકસીર ઉપાય છે. અને તેનાથી આ બંન્ને વ્યાધિઓમાં ચોકસ ફાયદો થાય છે. આ બંન્ને વ્યાધિઓમાં ઘણું કરીને દસ્તની કબજીયત હોય છે,

અને તેથી કરીને લોહભસ્મ ત્રીફલા જેવી સારક દવાની સાથે ઘણું કરીને વાપરવી સારી છે. જેમકેઃ—

લોહભસ્મ ૧ થી ૨ રતી ત્રીફળાચુર્ણ અથવા ગુડુચ્યાદિ ચુર્ણ આશરે પા તોલા જેટલું, મધ બંન્ને દવા ચાટવા જેવી થાય તેટલું, દીવસમાં બે વખત સવાર સાંજ લેવું.

Malarial cachexia, and Enlarged Spleen and Liver.

જીર્ણ મલેરિયા તથા બરોળ અને યકૃતની વૃદ્ધિ વિગેરે-ઘણાં દિવસ સુધી મલેરિયા તાવ આવવાથી તેમજ સખત મલેરિયા તાવ આવી શાન્તી થયા પછી તેમાંથી જીર્ણજ્વર લાગુ પડી કુદરતી રીતે લોહી માંહેના રાતા રજકણો કમી થઇ જઈ શરીર ફીકકું પડી જાય છે. તેમજ મલેરિયા તાવના જાથુકના હુમલાને લીધે બરોળ અને યકૃત Liver વધી આવે છે, અને તેને લીધે પણ લોહી માંહેના રાતા રજકણો કમી થઇ જઇ શરીરમાં ફીક્કાશ આવી જાય છે, અને તેથી દરદી નિર્બળ અને નિસ્તેજ થઈ જાય છે, અને મોઢાપર થેથર અગર સોજા જેવું થઇ આવી દરદી ફેફ્રેલ જેવો દેખાય છે. આવી સ્થિતિમાં લોહભસ્મ બહુ ઉપયોગી છે. લોહભસ્મથી જીર્ણ મલેરિયા અટકે છે, અને તેના અનેક જાતના ઉપદ્રવો શાન્ત થાય છે. જીર્ણ મલેરિયા એક વખત લાગુ થયા પછી તે તદન નાબુદ થવો મુશ્કેલ છે અને સેજસાજ કારણ મળતાં મલેરિયા તાવ વખતો વખત ઉથલા મારે છે. આવી સ્થિતિમાં

પણુ લોહભસ્મ બહુ ઉપયોગી છે. એટલે લોહભસ્મ થોડા દીવસ લેવાથી લોહી સુધરી આવી મલેરિયા સામે ટકાવ કરવાની શંક્તિ શરિરમાં આવે છે. તેમજ મલેરિયા અગર તેવા બીજા કારણોને લઇને બરોળ તથા લીવર વધી આવ્યાં હોય તે પણ લોહી સુધરી આવી મલેરિયાનું વિષ નાબુદ થઇ પોતાની અસલ સ્થિતિમાં આવી જાય છે, અને શરીરમાં શક્તિ આવે છે. આવા વ્યાધિઓમાં લોહભસ્મની સારી અસર થવા માટે વખતો વખત સાધારણ જુલાબની દવા લેતા રહી આંતરડા સાફ રાખવાની જરૂર છે. તેમજ જો શરીરમાં થોડો થોડો તાવ રહેતો હોય તો દીવસમાં બે ત્રણ વખત થોડું થોડું સુદર્શન ચુર્ણ લેતાં રહેવું.

લોહભસ્મ ૧ થી ૨ રતી, ત્રીફળાચુર્ણ અગર ગુડુચ્યાદિ ચુર્ણ આશરે પા તોલા જેટલુ, મધ જરૂર જેટલું, દીવસમાં બે વખત સવાર સાંજ લેવું.

Chronic Diarrhoea, Dysentery, Colitis, Sangrahnee and Piles ect.

જીર્ણ, ઝાડો, મરડો, કોલાઇટીઝ, તથા સંગ્રહણિ અને અર્શ વિગેરે=ઉપર જણાવેલા જીર્ણ અતિસાર વિગેરે વ્યાધિઓમાં શરીરમાંથી વિશેષ પ્રમાણમાં લોહી તેમજ બીજી ધાતુઓનો ક્ષય થવાનો સંભવ છે, અને તેના પરિણામે લોહી દુષિત થઇ જઇ શરીરમાં એકદમ ફીક્કાશ અને નિસ્તેજપણું આવી જાય છે, અને શરીરે તથા મોઢે અને હાથે પગે સેજસાજ થેથર અગર સોજા જેવું જણાય છે, અને બહુજ નબળાઇ

આવી જાય છે. તે વખતે લોહભસ્મ આપવાથી બહુ સારો ફાયદો થાય છે. તેનાથી જીર્ણ ઝાડા વિગેરે દબાય છે, તથા તેના લીધે થતી નબળાઇ તથા સોજા વિગેરેમાં પણ ફાયદો જણાય છે.

બીજું જીર્ણ કોલાઇટીઝના વ્યાધિમાં દરદીને ઝાડાવાટે બહુજ લાંબો વખત જળસ પડયા કરે છે, અને દરદી દીનપરદીન શિથિલ થતો જાય છે, તેમાં પણ લોહભસ્મ લાંબો વખત લેવાથી આંતરડાની દીવાલ મજબુત બની જળસનું પેદા થવું કમી થઇ જાય છે, અને દરદીને ઘણો સારો ફાયદો થાય છે.

બજું જીર્ણ અર્શના રોગના પરિણામે ઉપર પ્રમાણે નબળાઇ વિગેરે જણાતા હોય તેમાં પણ લોહભસ્મ બહુ સારો ફાયદો કરે છે.

જીર્ણ ઝાડા તથા સંગ્રહણિ વિગેરેમાં.

લોહભસ્મ ૧ થી ૨ રતી, બીલી અગર સફરજનનો મુરબ્બો પા થી અર્ધો તોલો, દીવસમાં બે વખત સવાર સાંજ.

અથવા લોહભસ્મ ૧ થી ૨ રતી, ઘુંટેલીપીંપર ૧ વાલ, મધ જરૂર જેટલું, દીવસમાં બે વાર સવાર સાંજ

અથવા લોહભસ્મ ૧ થી ૨ રતી, પારદ કજ્જલી ૧ થી ૨ રતી, તથા મધ જરૂર જેટલું, દીવસમાં બે વખત સવાર સાંજ.

બીજું અર્શની જીર્ણ નબળાઇ માટે નિચે પ્રમાણે લેવું.

લોહભસ્મ ૧ થી ૨ રતી, ત્રીફળાચુર્ણ આશરે પા તોલા જેટલું, મધ જરૂર જેટલું, દીવસમાં બે વખત.

Jaundice--જોનડીસ. કમળો.

કમળો એ યકૃતની Liver વિકૃતીને લીધે થતા પિત્ત દોષથી થઇ આવતો એક વ્યાધિ છે, અને તે ઘણું કરીને બે રીતે થાય છે એક તો યકૃતમાં પિત્ત પેદા થઈ તેનો સ્વભાવિક ગુણ જે આંતરડામાં જવાનો છે. તેનો ગમે તે કારણથી અટકાવ થઇ પિત્ત પિત્તાશયમાં એકઠું થવા પામીને આખરે લોહીમાં પ્રવેશ થઇ કમળાનો રોગ પેદા કરે છે. ઉપર પ્રમાણે પિત્તનો અટકાવ ઘણું કરીને પિત્તની નળીમાં પથરી અગર કાંકરી અગર બીજો કાંઇ પદાર્થ ભરાઇ રહેવાથી, અગર તો પિત્તાશય અગર તેની નળીનો સોજો અગર સંકોચ થઇ આવવાથી અગર તો બીજી કોઇ જાતની ગાંઠ અગર ગર્ભાશય અગર મળાદિકના દબાણથી આ રસ્તો બંધ થઇ પિત્તનો અટકાવ થાય છે,

બીજી રીતે કમળાનો રોગ લીવરના કોઇ દરદને લીધે તેમાં પિત્ત પેદા કરવાની શક્તિનો વિકાર અગર નાશ થવાથી થાય છે. તેમજ કોઇપણ વ્યાધિને લીધે લોહીમાંથી પિત્તના પરમાણુંઓ બરોબર જુદા નહીં પડીને તેમજ લીવરમાં જવા નહીં પામીને લોહીમાં પાછા શોષણ થવા પામી કમળાનો રોગ ઉત્પન્ન થાય છે. એટલે ટુંકામાં કહેવાનુ જે ગમે તે રીતે લોહીમાં પિત્તનો વધારો થવાથી કમળો જણાય છે.

આ શિવાય બીજા કેટલાક કારણોથી પણ કમળો થઇ આવે છે. જેમકે મનની ફીકર, ચિન્તા, દીલગીરી અને બીક વિગેરેથી તેમજ ફેફસા, રક્તાશય, અગર મગજના કોઇ વ્યાધિથી, તેમજ અજીર્ણ અને કેટલીક જાતના ઝેરી તાવથી, તેમજ ફોસફરસ, તથા પારદ

વિગેરે ઝેરી પદાર્થોથી પણ કમળાનો રોગ થઇ આવે છે એટલે તે કારણોથી ઉપર કહ્યા પ્રમાણે બે પ્રકારમાંથી એક પ્રકારે કમળો થઇ આવે છે.

ઉપર પ્રમાણે ગમે તે રીતે કમળો થયો હોય તોપણ તેના કેટલાક ચિન્હો લગભગ સરખા છે. મુખ્ય ચિન્હોમાં શરીરમાં પીળાશ આવી જાય છે, અને તેને લીધે આંખ, જીભ, મોઢું અને આખું શરીર પીળું હળદર જેવું થઇ જાય છે. તેમ પીશાબ પણ પીળો થાય છે, તથા પરસેવો પણ પીળો થઇજાય છે. આ વ્યાધિમાં કોઇ કોઇ વાર જ્વર હોય છે અને કોઇ કોઇ વાર જ્વર હોતો નથી પણ દરદી બહુજ અશક્ત અને ક્ષીણ થઇ જાય છે. તેમજ પાચન શકિત પણ બહુજ ખરાબ થઇ જાય છે, તથા દસ્તની કબજીયાત વિગેરે જણાય છે. આ શિવાય આ વ્યાધિમાં બીજા અનેક લક્ષણો જણાય છે, જે અત્રે વિસ્તારથી કહી શકાય નહી. તેમજ આ વ્યાધિ લંબાતા તેમાંથી દુષ્ટ પ્રકારનો કમળો Malignant Jaundice થઇ આવે છે. કમળાના વ્યાધિમાં યોગ્ય અનુપાનની સાથે લોહભસ્મ એક અકસીર ઉપાય છે. તેનું મુળ કારણ શોધી કાઢી તે કારણ દુર કરી ઔષધમાં લોહભસ્મ લેવાથી જાદુઇ અસર થાયછે, કમળાના રોગમાં પણ ઝાડો કબજ હોયછે. માટે તેમાં પણ વખતો વખત સાધારણ જુલાબ લેવાની જરૂરછે.

લોહ ભસ્મ ૧ થી ૨. રતી ત્રીફળા અગર ગુડુચ્યાદિ ચુર્ણ આશરે પા તોલા જેટલુ મધ જરૂર જેટલુ દીવસમાં બે વખત સવાર સાંજ લેવું

Consumption, Hectic Fever, Chronic Cough, Asthama, Ect.

ક્ષયરોગ, જીર્ણ જ્વર, જીર્ણ ખાંસી, શરદી, પીનસ તથા દમ વિગેરે.

ક્ષયરોગ અને જીર્ણ જ્વર વિગેરેમાં પણ લોહભસ્મ બહુજ ફાયદાકારક છે. તેનાથી ક્ષયરોગને લીધે આવતો જીર્ણ જ્વર, અટકેછે, પાચન શક્તિ સારી થાયછે, જીર્ણ ખાંસી નરમ પડેછે અને ક્ષયરોગને લીધે શરીર જે દીન પર દીન ઘસાતું અને શોષણ થતું જતું હોય તે અટકી શરીરમાં કૈવત આવતું હોય તેમ જણાયછે. તેમજ વખતો વખત સળેખમ થઇ આવતું હોય તેમાં તથા જુના દમનારોગમાં પણ સારો ફાયદો કરેછે.

લોહભસ્મ ૧ થી ૨ રતી, સીતોપલાદિ ચુર્ણ આશરે પા તોલા જેટલું તથા મધ અને ઘી તે બન્ને દવાઓ ચાટવા જેવી થાય તેટલું અથવા લોહભસ્મ ૧થી ૨ રતી, સોનાનો વરક પા પાનું, શીતોપલાદિ ચુર્ણ પા તોલા જેટલું તથા મધ અને ઘી જરૂર જેટલાં.

અથવા લોહભસ્મ ૧ થી ૨ રતી, ચ્યવન પ્રાશ અવલેહ અગર જીવન આશરે પા થી અડધો તોલો. દીવસમાં બે વખત સવાર સાંજ.

ખાસ જીર્ણજ્વર માટે. લોહભસ્મ ૧ થી ૨ રતી, ગળોનું ચુર્ણ આશરે પા તોલા જેટલુ, મધ જરૂર જેટલું દીવસમાં બે વખત.

Different Sorts of Chronic Haemorrhages.

જીર્ણ રક્ત પિત્ત.

શરીરના જુદાજુદા ભાગમાંથી કોઇપણ તાત્કાલિક કારણ શિવાય

અગર તો કોઈપણ જાતની ઈજા શિવાય લોહી પડે તેને રક્ત પિત્તનો વ્યાધિ કહેછે. આર્ય વૈદક શાસ્ત્ર પ્રમાણે રક્તપિત્ત એ પિત્ત પ્રકોનું એક લક્ષણછે અને તેના મુખ્ય બે પ્રકારછે. એટલે એક ઉર્ધ્વંગ અને બીજું અધોગ. મોઢામાંથી એટલે મોઢું, હોજરી, અગર ફેફસાં તેમજ નાક વિગેરે ઠેકાણેથી લોહી પડે તે ઉર્ધ્વંગ રક્તપિત્તમાં આવી જાયછે. અને પુઠેથી ઝાડાવાટે તથા પીશાબ માર્ગે તેમજ ગર્ભાશય વિગેરે ઠેકાણેથી લોહી પડે તે અધોગ રક્ત પિત્તની સંજ્ઞામાં આવી જાય છે.

રક્તપિત્તના વ્યાધિમાં અંગ્રેજીમાં જેને Haemoptysis, Haematuria, Haematemesis, Epistaxis, And Scurvy વિગેરે વ્યાધિઓ કહેછે, અને જેઓ આહાર વિહારથી ઉત્પન્ન થતાં પિત્ત વિગેરે દોષોથી ઉત્પન્ન થવા પામ્યા હોય તેનો કેટલેક અંશે સમાવેશ થઈ જાયછે.

રક્ત પિત્તનો વ્યાધિ ઘણું કરીને અતિશય ગરમ અને કુપથ્ય આહાર વિહારથી પિત્તનો કોપ થઈ લોહી બગડવાથી થવા પામેછે. અને તે પ્રમાણે બગડેલું લોહી માર્ગ કરી બહાર વહેવા માંડેછે. બીજું સ્કર્વીનો રોગ કે જે હાલ વધારે પ્રમાણમાં જોવામાં આવેછે અને જે ઘણું કરીને લીલા શાક ભાજી જોઇતા પ્રમાણમાં બરોબર ખાવામાં નહી આવવાથી થાયછે. એમ માનવામાં આવ્યુંછે. અને જેમાં ઘણું કરીને દાંત અને પેઢાં સુજેલા જેવા હોય છે અને તેમાંથી લોહી વહેછે, તેનો પણ આ વ્યાધિમાં સમાવેશ કેટલેક અંશે થઈ શકે. ઉપરના બધા વ્યાધિઓમાં લોહભસ્મ શાંત અને શીતવીર્ય અનુપાનથી ઘણો સારો ફાઈદો કરેછે. એટલે લોહી સુધારી તેનો પિત્તાધિક્ય દોષ શાંન્ત કરી ઉપરના વ્યાધિઓમાં સારી અસર કરેછે.

લોહભસ્મ ૧થી ૨ રતી, ત્રીફળા ચુર્ણ આશરે પા તોલો તથા મધ જરૂર જેટલું દીવસમાં બે વખત સવાર સાંજ.

અથવા લોહભસ્મ ૧ થી ૨ રતી, ગળો સત્વ ૧ થી ૨ વાલ તથા મધ જરૂર જેટલું દીવસમાં બે વખત સવાર સાંજ.

અથવા લોહભસ્મ ૧ થી ૨ રતી, ચ્યવનપ્રાશ અવલેહ અગર જીવન પા થી અર્ધો તોલો દીવસમાં બે વખત સવાર સાંજ.

અથવા લોહભસ્મ ૧ થી ૨ રતી, અરડુશી અગર ભુરા કહોળાનો શરબત પા થી અર્ધો તોલો દીવસમાં બે વખત સવાર સાંજ.

Chronic Dyspepsia

જીર્ણ અગ્નિ માંદ્ય પણું.

લાંબા વખતના અને હઠીલા અજીર્ણના વ્યાધિમાં પણ લોહભસ્મ એક અકસીર ઉપાયછે. આ વ્યાધિ જુનો થતાં ઘણોજ ત્રાસ દાયક થઇ પડેછે. અને તેમાં એવા વિચિત્ર લક્ષણો થાયછે કે ભુલથી આ વ્યાધિની બીજા અનેક વ્યાધિમાં ગણના કરવામાં આવેછે, પણ ખરૂ જોતાં તો તે જીર્ણ અગ્નિ માંદ્યતાને લીધે હોયછે, આ વ્યાધિમાં લોહભસ્મ જોકે સીધીરીતે કાંઇ અસર કરતી નથી પણ લોહીનું બંધારણ સુધારી શરીરના દરેક અવયવોને શુદ્ધ અને જોઇતા પ્રમાણમાં લોહી પુરૂ પાડેછે અને તેથી શરીરના દરેક અવયવો પોતાનું કાર્ય નિયમિત કર્યા કરેછે અને તેના પરિણામે હોજરીમાંના જઠરસ વિગેરે યોગ્ય પ્રમાણ અને સ્વરૂપમાં રહી ખોરાકનું બહુ સારીરીતે પાચન કરેછે. તેમજ ખોરાકની રૂચી પણ ઉત્પન્ન કરેછે. એટલે ગમેતે કારણથી અગ્નિ મંદ પડી ગઇ હોય તે લોહભસ્મના સેવનથી સુધરી આવેછે.

લોહભસ્મ ૧ થી ૨ રતી, ઘુંટેલી પીપર ૧ વાલ તથા મધ જરૂર જેટલું દીવસમાં બે વખત સવાર સાંજ.

અથવા લોહભસ્મ ૧ થી, ૨ રતી ત્રીફળા ચુર્ણ, આશરે પા તોલા જેટલું, મધ જરૂર જેટલું દીવસમાં બે વખત સવાર સાંજ.

અથવા લોહભસ્મ ૧ થી ૨ રતી, ચ્યવનપ્રાશ અવલેહ અગર જીવન પા થી અર્ધો તોલો દીવસમાં બે વખત સવાર. સાંજ.

Nervous Disorders.

જ્ઞાન તંતુના વ્યાધિઓ.

મગજ અને જ્ઞાન તંતુઓના ઘણાં ખરાં વ્યાધિઓમાં લોહભસ્મ બહુ ઉપયોગીછે. મગજ અને જ્ઞાનતંતુની નબળાઇ (Nervous Exhaustion) અને તેને લીધે થતાં ચિન્હો જેવાંકે સેજસાજ લખવા વાંચવા કે વિચારનું કામ કરતાં માથું દુખવા આવી જવું, વખતો વખત ચકરી આવી આંખે અંધારા આવ્યા જેવું થઇ આવવું, તથા યાદશક્તિનું કમી થવું વિગેરે ચિન્હો જણાતાં હોય ત્યારે લોહભસ્મ બહુ ઉપયોગીછે. નબળા બાંધાના સ્ત્રી પુરૂષોને મગજમાં અશુદ્ધ અને કમતી લોહી હોવાથી મગજ ખાલી પડયા જેવું લાગેછે. અને તેથી મગજનું જોઇએ તેવું પોષણ નહી થતાં દરદીને ભ્રમ જેવું જણાયછે. અને દરદી અસ્થિર જેવો થઇ જાયછે, તેવા દરદીને લોહભસ્મથી બહુ સારો ફાયદો થાયછે. તે શિવાય મગજ અને જ્ઞાનતંતુના બીજા વ્યાધિઓ જેવા કે હીસ્ટીરીયા, વાઇ, પક્ષઘાત, અર્ધાંગ, ગૃધ્રસી, રાંઝણ તેમજ સાંધા અને સ્નાયુઓની નબળાઇને લીધે થતો હાથ પગનો દુખાવો અને કળતર તેમજ કમર અને પીઠ વિગેરેના દુખાવામાં પણ લોહભસ્મ બહુ સારો ફાયદો કરેછે.

લોહભસ્મ ૧ થી ૨ રતી, ધુંટેલી પીપર ૧ વાલ, મધ જરૂર જેટલું, દીવસમાં બે વખત સવાર સાંજ.

અથવા લોહભસ્મ ૧ થી ૨ રતી, આસનનું ચુર્ણ બે આની ભાર, ધુંટેલીપીપર ૧ વાલ તથા મધ જરૂર જેટલું દીવસમાં બે વાર સવાર સાંજ.

અથવા જીર્ણસંધિવા તથા સાંધાની નબળાઇ વિગેરેમાં લોહભસ્મ ૧ થી ૨ રતી, આસનનું ચુણ ૨ વાલ, ચોપચીનીનું ચુર્ણ ૨ વાલ, ધુંટેલીપીપર ૧ વાલ, મધ જરૂર જેટલું દીવસમાં બે વખત સવાર સાંજ.

Spermatorrhoea And Sexual Weakness.

ધાતુક્ષય અને અશક્તિ.

ધાતુક્ષય અથવા વિર્યશ્રાવના વ્યાધિમાં લોહભસ્મ બહુ ઉપયોગીછે. આ વ્યાધિ ઘણો ખરાબછે અને ઘણું કરીને વધારે પ્રમાણમાં સ્ત્રી સેવન કરવાથી તેમજ હસ્તદોષ વિગેરે કુટેવો લાંબો વખત ચાલુ રહેવાથી અગર બીજી કોઇપણ રીતે વીયનો ગેરઉપયોગ થવાથી વીર્ય નબળું, પાતળું, અને દુષિત થઈ આવવા સંભવ છે.

આ વ્યાધિના મુખ્ય ચિન્હ તરીકે સ્વપ્નાવસ્થા, વિગેરેમાં વખતો વખત વીર્યશ્રાવ થઇ જાયછે. જુવાન પુરૂષ જો સ્ત્રીથી જુદો રહેતો હોય તો પછી તેને થોડાઘણાં દિવસને અંતરે વીર્યપાત થવો એ સ્વભાવિક છે અને તે રોગ ગણાતો નથી, અને તેથી ચિન્તા રાખવાનું બહુ કારણ નથી. પણ જો એકાંતરા, દરરોજ કે દિવસમાં એક બે વાર વીર્યશ્રાવ થાયતો તે વ્યાધિ ગણાયછે અને તેનાપર ખાસ ધ્યાન આપવું જોઇએ. આ વ્યાધિની શરૂઆતમાં પ્રથમ કોઇ કોઇ વખત અને તે સ્વપ્નમાંજ વીર્યશ્રાવ થાયછે.

પણ વખત જતાં વખતો વખત વીર્યશ્રાવ થાયછે અને પછી એકાંતરા કે દરરોજ વીર્યશ્રાવ થાયછે. શરૂઆતમાં સ્વપ્નમાંજ વીર્યશ્રાવ થાય છે અને વખત જતાં પછી દીવસે પણ પીશાબ અગર ઝાડે જતાં વીર્ય જતું હોય તેમ જણાયછે. આખરે વીર્ય એવું તો નબળું થઇ જાયછે કે સ્ત્રીની સાથે હાસ્યની વાતો કરતાં કે સ્ત્રી સંબંધી કાંઇ વિચાર કરતાં અથવા શૃંગાર અને ઇસ્કની વાતો કરતાં પણ વીર્ય જાણે ઝમતું હોય તેમ જણાયછે.

આ પ્રમાણે વીર્યશ્રાવનો રોગ ચાલું રહેતાં દરદી ઘણોજ ક્ષીણ થઇ જાયછે, કમરમાં દુખાવો રહ્યા કરેછે, હાથ પગમાં કળતર થાયછે, કામકાજ કરવાનો ઉત્સાહ રહેતો નથી, હાથ પગના તળામાં દાહ થાયછે, ચહેરો ફીકકો અને નિસ્તેજ જણાયછે, અને શરીર દિવસે દિવસે ગળતું જાયછે. માથાનો દુખાવો થઇ આવેછે. એટલેમગજ નબળું પડી જઇ લખતાં, વાંચતા કે કાંઇ વિચારનું કામ કરતાં માથું ચડી આવેછે, આંખો ઉંડી ઉતરી જાયછે, પેડુમાં દુખાવો રહેછે, મન ચિન્તાતુર રહેછે, અને દરદીની સ્થીતી અર્ધ ગાંડા જેવી થઇ જાય છે, એકંદરે દરદીને અનેક જાતની નબળાઇ જણાયછે, અને જો આવ્યાધિ એટલાથી અટકે નહી તો પછી દરદી ક્ષય, વાઇ, પક્ષઘાત, કે દીવાના પણાંના જેવા ભયંકર રોગના સપાટામાં આવી જાયછે, અને થોડો ઘણો વખત દુઃખ દાયક જીંદગી ભોગવી અંતે મરણ પામેછે.

આવા ચિન્હો જણાંતાં આ વ્યાધિમાં લોહભસ્મ એક ઉત્તમ દવાછે. યોગ્ય અનુપાનથી લોહભસ્મ લાંબો વખત લેવાથી લોહી તથા વીર્યનો

સુધારો તથા વધારો થઇ વિર્યશ્રાવ થતો અટકેછે અને તેના લીધે થતી કળતર, મગજની નબળાઇ તથા શરીરનું ઘસાવું વિગેરે ચિન્હો શાન્ત પડી દરદી તંદુરસ્ત બની જાયછે.

Sexual Weakness:

કમતાકાત અગર અશક્તિ.

આ વ્યાધિ પણ હાલમાં બહુ જોવામાં આવેછે. જોકે કેટલીકવાર તો તે માની લીધેલો હોયછે. ખરેખરા આ વ્યાધિમાં દરદી સ્ત્રી સંગ કરી શકતો નથી. એટલે તેની જનનેંદ્રિની જાગૃત શક્તિ ઓછીવધતી નષ્ટ પામેલી હોયછે. કેટલાક દરદીને જાગૃત શક્તિ તો હોય છે, પણ બહુ થોડો વખત ટકે છે. તેમજ કેટલાકને તો ઇન્દ્રિ જાગૃત થઇ ન થઇ કે તરતજ વીર્યશ્રાવ થઇ ઇન્દ્રિ તરતજ શીથીલ થઇ જાય છે, આવી સ્થિતિ થતાં દરદી નપુંસક ગણાયછે. પણ કેટલીકવાર કોઇજાતની ચિન્તા, દીલગીરી, કે કોઇ જાતના ભય કે ત્રાસથી કે કોઇ જાતના અભાવથી અમુક પ્રસંગને માટે પુરૂષ ચેતન ન થાય તો તે કાંઇ નપું-સક ગણાય નહી, કારણકે તેનું મુળ કારણ દુર થતાં બીજી વખત તે મુળ સ્થીતીમાં આવી રહેછે, પણ જ્યારે ઉપર કહ્યા પ્રમાણે સ્ત્રી સંગ બીલકુલ થઇ શકે નહી ત્યારેજ સામાન્ય રીતે નપુંસક પણું ગણાયછે.

નપુંસકપણું ઘણુંકરીને વધારે પ્રમાણમાં સ્ત્રી સંગ કરવાથી તેમજ વધારે પ્રમાણમાં અને ઘણો લાંબો વખત હસ્તક્રિયા વિગેરે કુટેવો ચાલુ રહેવાથી તેમજ ધાતુ ક્ષય અગર વીર્યશ્રાવનો રોગ ચાલુ રહેવાથી તેમજ જીર્ણ પ્રમેહ તથા જીર્ણ ઉપદંશ વિગેરેની અસરથી

થઇ આવેછે. આવી રીતે થઇ આવેલાં નપુંસક પણામાં બીજા યેાગ્ય અનુપાન અને ઉપચારની સાથે લેાહભસ્મ એક બહુજ ઉપીયેાગી દવાછે. જોકે પુરૂષ જન્મથીજ નપુંસક હેાય અગરતેા ઉપર કહેલાં કારણેાથી વીર્યનેા તદન ક્ષય થઇ અસાધ્ય નપુંસક પણું પ્રાપ્ત થયું હેાય તેા એક જુદી વાતછે, નહીંતેા બીજી બધી જાતના નપુંસક પણામાં લેાહભસ્મ એ એક બહુ ઉપીયેાગી દવાછે. તેનાથી લેાહી તથા વીર્યનેા સુધારેા તથા વધારેા થઇ તથા મગજ, જ્ઞાનતંતુ અને સ્નાયુંઓને મજબુતી મળી પુરૂષની જનનેન્દ્રિની શીથીલતા મટેછે, અને પુરૂષ પાછેા પુરૂષપણામાં આવેછે, અને સંસારનું સુખ કે જે કેવળ પેાતાની મુર્ખાઇથી ગુમાવી દીધું હેાય તે ભેાગવવા ભાગ્ય શાળી થાયછે.

ઉરના ધાતુક્ષય તથા વિર્યશ્રાવના વ્યાધિમાં લેાહભસ્મ બહુ સારી અસર કરેછે. પણ એટલું યાદ રાખવાનુંજે આ વ્યાધિ થેાડા દીવસમાં મટી જાય તેવેા નથી, માટે ધૈર્ય રાખી યેાગ્ય અનુપાનની સાથે દરેક રીતે પથ્યમાં રહી તથા બ્રહ્મચર્ય પાળી લેાહભસ્મ લાંબેા વખત લેવી, અને તે પ્રમાણે લેવાથી લેાહી તેમજ ધાતુનું બંધારણ સુધરી આવી આ વ્યાધિમાં જરૂર ફાયદેા થાયછે.

લેાહભસ્મ ૧ થી ૨ રતી, રસાયન ચુર્ણ આશરે પા તેાલા જેટલું, ઘી અને સાકર જરૂર જેટલાં, દીવસમાં બે વખત સવાર સાંજ.

બીજુ અશક્તિ તેમજ નપુંસક પણા માટે પણ લેાહભસ્મ બહુ ઉપીયેાગીછે. અને તે માટે પણ ઉપર પ્રમાણે રસાયન ચુર્ણ સાથે લેવી અને તે પ્રમાણે લાંબેા વખત લેવાથી જરૂર ફાયદેા થશે. તે શિ-ા નીચેની ગેાળીયેા પણ અશક્તિ માટે સારી છે.

લોહભસ્મ, શુદ્ધ ઝેરકોચલાનું ચુર્ણ, ગળોસત્વ અને લીંડીપીપર એ ચારે દવાઓ સમભાગે લઇ તેની મધ સાથે એક એક વાલની ગોળીયો કરવી, અને તેમાંથી એક એક ગોળી દીવસમાં બે અગર ત્રણ વખત લેવી અને ઉપર થોડું દુધ પીવું. ઉપરની ગોળીયો લાંબો વખત લેવાથી ધાતુની શુદ્ધિ તેમજ વૃદ્ધિ થાયછે, તેમજ મગજ અને જ્ઞાન તંતુઓને તાકાત મળી પુરૂષ શક્તિમાં આવી જાયછે.

Diabetes Mellitus, Diabetes Insipidus, And Chronic Gonorrhoea Ect.

મધુ પ્રમેહ, બહુ મુત્રતા, તથા જીર્ણ પ્રમેહ વિગેરે.

મધુ પ્રમેહ તથા બહુ મુત્રતા તથા તેના લીધે જણાતાં તમામ ચિન્હોમાં લોહભસ્મ ઉપયોગી છે. તેનાથી પીશાબમાંની સાકર કમી થઇ પીશાબ પણ કમી થઇ જાયછે. તથા તેના લીધે શરીરમાં નબળાઇ તથા પાન્ડુતા વિગેરે થઇ આવ્યા હોય તે પણ દુર થાયછે. તે શિવાય વૃદ્ધાવસ્થા વિગેરે કારણોથી કેટલીક વાર બહુ મુત્રતા જેવું થઇ આવી વારંવાર પીશાબ કરવા જવું પડે છે અને તેથી શરીરમાં નબળાઇ જેવું જણાય છે, તે પણ લોહભસ્મથી દુર થાયછે.

જીર્ણ પ્રમેહમાં પણ લોહભસ્મ ફાયદા કર્તાછે. તેનાથી પ્રમેહની જીર્ણ વિકૃતી તથા સેજસાજ રસી વીગેરે જતાં હોય તે બંધ પડી શરીરની નબળાઇ વિગેરે મટી જાયછે. મધુ પ્રમેહમાં લોહભસ્મ નિચે પ્રમાણે લેવી સારીછે. તે સાથે તેમાં ખોરાકની બહુ કાલજી રાખવાનીછે,

એટલે સ્ટાર્ચવાળા તથા સાકરવાળા પદાર્થો બીલકુલ વાપરવા નહી જોઇએ, અને ખોરાકની કાળજી રખાય તોજ દવા કાંઇક ફાયદો કરેછે.

લોહભસ્મ ૧ થી ૨ રતી, જાંબુના ઠળીયાનું ચુર્ણ, ૨ થી ૪ વાલ, અફીણ અર્ધા રતી, સર્વે એકત્ર કરી ઘી સાથે ચાટવું. દીવસમાં બે વખત સવાર સાંજ.

જીર્ણ પ્રમેહમાં-લોહભસ્મ ૧ થી ૨ રતી, ત્રીફળા ચુર્ણ આશરે પા તોલા જેટલું અને મધ જરૂર જેટલું, દીવસમાં બે વખત સવાર સાંજ.

Chronic heart And Kidney Affections And Bright's Diseases.

હૃદય, તથા મુત્ર પીંડની જીર્ણ વિકૃતી તથા બ્રાઇટ્સ ડીઝીસ વિગેરે.

આવા પ્રકારના વ્યાધિઓમાં પણ લોહભસ્મ બહુ ઉપયોગી છે. મુત્રપીંડના જીર્ણ વ્યાધિમાં તેમજ જીર્ણ બ્રાઇટ્સ ડીઝીઝ વિગેરેમાં લોહભસ્મ યોગ્ય અનુપાનની સાથે સારી અસર કરે છે. આ વ્યાધિમાં પીશાબની સાથે આલબ્યુમીન જેવો સફેદ પદાર્થ જાય છે અને તેના મુખ્ય ચિન્હ તરીકે દરદીનું મોઢું સોજાવાળું અને ફેફરેલ હોય છે, અને આંખના ડોરણા [illegible] પચાં પણ જરા તરા થેથર યુક્ત સુજેલા જણાય છે, તેમજ આખે શરીરે પણ વખતો વખત સોજો ચડ ઉતર થયા કરે છે. અને દરદીને બહુ નબળાઇ જણાય છે. આ વ્યાધિમાં દરદીને ઘણું કરીને દસ્તની કબજીયાત જણાય છે અને પીશાબ પણ અનિયમિત હોય છે.

બીજું હૃદયના કેટલાક જીર્ણ વ્યાધિને લીધે થતી નબળાઇમાં અને છાતીના ધબકારા વિગેરેમાં પણ લોહભસ્મ ઘણો સારો ફાયદો કરેછે.

લોહભસ્મ ૧ થી ૨ રતી, ત્રીફળાચુર્ણ પા તોલા જેટલું, મધ જરૂર જેટલું, દીવસમાં બે વખત સવાર સાંજ.

અથવા લોહભસ્મ ૧ થી ૨ રતી, સાટોડીના મુળનું ચુર્ણ પા તોલા જેટલું, મધ જરૂર જેટલું, દીવસમાં બે વખત સવાર સાંજ.

હૃદયની નબળાઇ તથા છાતીના ધપકારા માટે.

લોહભસ્મ ૧ થી ૨ રતી, શીતોપલાદિ ચુર્ણ આશરે પા તોલો મધ તથા ઘી જરૂર જેટલાં, દીવસમાં બે વખત સવાર સાંજ.

Skin Diseases—
ત્વચાના વ્યાધિઓ.

જુદી જુદી જાતનાં ચામડીના દરદોમાં પણ લોહભસ્મ ઘણી ઉપયોગી છે. કારણકે ઘણું કરીને ચામડીના દરેક દરદોમાં લોહી બગડેલું હોય છે અને તેથી ચામડીના સામાન્ય વ્યાધિઓ જેવાકે દાદર, ખસ, ખરજવું, શીળસ વિગેરેમાં લોહભસ્મ કોઇ મળશોધન અનુપાનની સાથે આપવાથી લોહી સુધરી આવી તે વ્યાધિઓ જલદી મટે છે.

લોહભસ્મ ૧ થી ૨ રતી, ત્રીફળા ચુર્ણ આશરે પા તોલો, મધ જરૂર જેટલું, દીવસમાં બે વખત સવાર સાંજ.

Weakness Of Eyesight—
આંખની દ્રષ્ટીની નબળાઈ.

જ્યારે બહુ અભ્યાસથી અગર તો વાંચવાના બહુ મહાવરાથી આં-

ખની દ્રષ્ટી નબળી પડી જાય છે ત્યારે પણ લોહભસ્મ બહુ ઉપયોગી છે. જ્યારે આંખ નબળી પડે છે ત્યારે વધારે વખત વાંચી શકાતું નથી અને કદાચ વાંચવામાં આવે તો માથુ ચડી આવે છે અને આંખમાં પાણી ભરાઇ આવે છે. આ પ્રમાણે નબળાઇ ઘણું કરીને મગજ અને આંખના તંતુઓ નબળા પડવાથી તથા મગજ અને શરીરની સામાન્ય નબળાઇને લીધે થઇ આવે છે. આવે વખતે આંખને થોડો વખત આરામ આપી, નિચે પ્રમાણે સપ્તામૃત લોહની બનાવટ વાપરવાથી ઘણો સારો ફાયદો થાય છે. અને આ બનાવટ વિદ્યાર્થીઓ તથા સઘળા મગજનું કામ કરનારાઓને એક આશીર્વાદ રૂપ છે,

સપ્તામૃત લોહની બનાવટ—લોહભસ્મ, જેઠી મધનું ચુર્ણ તથા હરડે, બહેડા અને આંબળાનું ચુર્ણ, એ પાંચે દવા સમભાગે મેળવી તેમાંથી ૨ થી ૪ વાલની માત્રામાં, મધ અને ઘી સાથે સવાર સાંજ લેવું.

Convalescence.

મંદવાડ પછી વળતર ભાવનો વખત.

કોઇ પણ જાતના સખત તેમજ જીર્ણ વ્યાધિ પછી દરદીને આસ્તે આસ્તે આરામ જણાતો હોય તે વખતમાં લોહભસ્મ બહુજ સારો ફાયદો કરે છે. મંદવાડના વખતમાં શરીરના દરેક અવયવો અનિયમિત અને શિથિલ થઇ ગયા હોય છે. તેવા વખતમાં લોહભસ્મ લેવાથી ઘણો સારો ફાયદો થાય છે અને દરદીનું શરીર જલદી વળી આવે છે. એટલે લોહી સુધરી આવે છે, પાચન શક્તિ સારી થાય છે મગજ અને જ્ઞાન તંતુઓ

દૃઢ અને મજબુત થઇ રહે છે અને એકંદર રીતે શરીર થેાડા વખતમાં સંપુર્ણ આરોગ્યતામાં આવી રહે છે.

લેાહભસ્મ ૧ થી ૨ રતી, ઘુંટેલી પીપર ૧ વાલ, મધ જરૂર જેટલું. દીવસમાં બે વખત સવાર સાંજ.

અથવા લેાહભસ્મ ૧ થી ૨ રતી, ચ્યવન પ્રાશ અવલેહ અગર જીવન પા થી અર્ધો તોલેા, દીવસમાં બે વખત સવાર સાંજ.

General Debility.

સામાન્ય નબળાઈ.

નબળાઇ એ કાંઇ કેાઇ જાતનેા ખાસ રેાગ નથી, તેમ તે વ્યાધિમાં દરદીને ખાટલે પડી રહેવું પડતું નથી, પણ તેમાં એવા અનેક જાતના ચિન્હેા જણાય છે કે જેથી દરદી બહુ હેરાન થઇ જાય છે. જ્યારે શરીર અગર તેના ભાગેા તેના નિયમિત વ્યાપારમાં અનિયમિત અને અશક્ત જણાય ત્યારે શરીરમાં જે લક્ષણેા જણાય તે લક્ષણ સમુહ ને નબળાઇ કહે છે, આવી નબળાઇ અનેક કારણેાથી થઇ આવે છે. જેવાકે, અનેક જાતના જીર્ણ રેાગેા, મગજ મારીનું કામ, માનસિકચિન્તા તથા ધાતુક્ષય વિગેરે દરદેા શરીરને ખાસ માંદુ કર્યા શિવાય કમ કૈાવત કરી નાંખે છે.

નબળાઇના મુખ્ય ચિન્હેામાં પાચન શક્તિ મંદ જણાય છે, શરીર ફીકકું અને નિસ્તેજ થઇ રહે છે, સેજસાજ લખતા વાચતાં કે વિચારનું કામ કરતાં માથું દુખવા આવી જાય છે, યાદ શક્તિ કમી થઇ જાય છે,

હાથે પગે કળતર થયા કરે છે. દસ્તનેા ખુલાસેા હેાતેા નથી, ધાતુની પણ નબળાઇ જણાય છે, અને એકંદરે શરીર નીર્બળ અને નિસ્તેજ થઇ રહે છે, આવી સ્થીતીમાં લેાહભસ્મ એક અકસીર ઉપાય છે.

લેાહભસ્મ ૧થી ૨ રતી, ઘુંટેલીપીપર ૧ વાલ, મધ જરૂર જેટલું, દીવસમાં બે વખત સવાર સાંજ.

અથવા લેાહભસ્મ ૧ થી ૨ રતી, ચ્યવન પ્રાશ અવલેહ અગર જીવન પા થી અર્ધો તેાલેા, દીવસમાં બે વખત સવાર સાંજ.

Diseases Of Women,

સ્ત્રીઓના કેટલાક વ્યાધિઓ.

સ્ત્રીઓને થતાં કેટલાક વ્યધિઓમાં લેાહભસ્મ બહુ ઉપયેાગી છે. નબળા બાંધાની તેમજ વખતેા વખત સુવાવડ આવવાથી તથા બચ્ચાંાને લાંબેા વખત ધવરાવવાથી કુદરતી રીતે સ્ત્રીઓનું લેાહી બગડી જાય છે. અને શરીરમાં ફીક્કાશ તથા નબળાઇ આવી જાય છે, તે વખતે સ્ત્રીઓને લેાહભસ્મ આપવાથી ઘણેા સારેા ફાયદેા થાય છે, અને શરીરને પુષ્ટી મળતાં કેાઇ જાતની ઇજા આવતી નથી.

Leucorrhoea Or Whites—

પ્રદરનેા રેાગ.

પ્રદરનેા રેાગ એ સ્ત્રીઓને એક શ્રાપ સમાન વ્યાધિ છે, તેનાથી સ્ત્રીનું શરીર તદન ધેાવાઇ જાય છે. અને પરિણામે સ્ત્રીનું શરીર તદન નિસ્તેજ અને નિર્માલ્ય થઇ જાય છે, તેમજ લાંબેા વખત પ્રદરનેા રેાગ

ચાલુ રહેવાથી સ્ત્રીઓનું ગર્ભાશય પણ બગડી જાય છે, અને તેથી ગર્ભ ધારણ પણ થઇ શકતો નથી, એટલે વંધ્યા દોષના મોટામાં મોટા કારણોમાં પ્રદરનો રોગ મુખ્ય છે. પ્રદરના રોગમાં યોની માર્ગે સફેદ અગર સેજસાજ રતાશ પડતા રંગનું ખરાબ અને ગંધાતું પાણી પડે છે, કેટલીક વાર ગર્ભાશયમાંથી ઉનું પાણી પડે છે, જે લાંબો વખત ચાલુ રહીને સ્ત્રીને નીચોવી નાખે છે. પ્રદરનો વ્યાધિ ઘણો ખરાબ છે અને તેમાં જે પાણી પડે છે તે ઘણાં કારણોથી તેમજ અનેક પ્રકારનું હોય છે તે અત્રે વિસ્તારથી કહી શકાય નહી, પણ તે એવો ખરાબ વ્યાધિ છે, કે સ્ત્રીને બહુજ હેરાન કરે છે. સ્ત્રીનું શરીર ફીકકુ અને નબળું પડી જાય છે, પીડ અને કમરનો દુખાવો તથા હાથ પગનું કળતર થયા કરે છે અને આખરે સ્ત્રી અતિ અશક્ત થઇ જાય છે. આવે વખતે લોહભસ્મ યોગ્ય અનુપાનની સાથે લાંબો વખત લેવાથી ઘણો સારો ફાયદો થાય છે. પ્રદરનું પાણી પડતું આસ્તે આસ્તે બંધ થાય છે અને થોડા વખતમાં શરીર વળી આવે છે.

પ્રદરના વ્યાધિમાં લોહભસ્મ નિચે પ્રમાણે વાપરવી ઠીક છે.

લોહભસ્મ ૧ થી ૨ રતી, ગળોસત્વ ૧થી ૨ વાલ, મધ જરૂર જેટલું, દીવસમાં બે વખત સવાર સાંજ.

અથવા લોહભસ્મ ૧ થી ૨ રતી, લોહદરનું ચુર્ણ આશરે પા તોલો, મધ જરૂર જેટલું, દીવસમાં બે વખત સવાર સાંજ.

Irreguler Menses.

અનિયમિત આર્તવ.

આ વ્યાધિમાં પણ લોહભસ્મ સારો ફાયદો કરે છે. સ્ત્રીઓના ઘણાંખરા વ્યાધિઓનું મુળ કારણ ઘણું કરીને રૂતુનું અનિયમિતપણું હોય છે.

જો કે લોહભસ્મ સીધી રીતે રૂતુ લાવનાર દવા નથી, તો પણ અનિયમિત રૂતુનું મુંળ કારણ કેટલીકવાર લોહી બીગાડ અગરતો શરીરમાં કમતી લોહી હોવું એ હોય છે. અને તે વખતે લોહભસ્મનું સેવન કરવાથી શરીરમાં લોહીની શુદ્ધિ અને વૃદ્ધિ થઇ રૂતુ નિયમિત થઇ જાય છે.

Chronic Puerperal Disorders.

જીર્ણ સુવારોગ.

સ્ત્રીઓને સુવાવડના વખતમાં તાવ વગેરે આવવાથી તેમજ સુવાવડ પછી જણાંતાં કેટલાક ચિન્હો તથા વ્યાધિઓ, જેનો સુવારોગ નામના રોગમાં સમાવેશ થાય છે, તેમજ સુવાવડના વખતમાં ભોગવવી પડતી હાડમારી તથા તેના લીધે જણાતી નબળાઇ ને લીધે સુવાવડીનું લોહી બગડી આવી શરીર ફીકું અને પીળું પાંદડા જેવું થઈ જાય છે, તેમાં, તેમજ સુવાવડના તથા ગર્ભાવસ્થાનાં વખતમાં થઇ આવેલ અતિસાર તથા મરડાને લીધે પછવાડેથી તેની જીર્ણ અસરથી શરીરમાં ફીક્કાશ તથા મોઢે સેજસાજ થેથર જેવું જણાય છે, તે વખતે લોહભસ્મ આપવાથી ઘણોસારો ફાયદો થાય છે અને સુવારોગના સઘળા ચિન્હો દબાઇ દરદી સંપુર્ણ આરોગ્ય થઇ રહે છે.

જીર્ણ સુવારોગમાં પણ બે પ્રકારના ચિન્હો જણાય છે. એટલે એક વાતજન્ય અને બીજા પિત્તજન્ય. વાતજન્ય સુવારોગમા લોહભસ્મ નિચે પ્રમાણે વાપરવી.

લોહભસ્મ ૧થી ૨. રતી, ઘુંટેલી પીપર ૧ વાલ તથા મધ જરૂર જેટલું, દીવસમાં બે વખત સવાર સાંજ.

પિત્ત જન્ય સુવારોગમાં લોહભસ્મ નિચે પ્રમાણે વાપરવી ઠીક છે.

લોહભસ્મ ૧ થી ૨ રતી, ગળોસત્વ ૧થી ૨ વાલ, મધ તથા સાકર જરૂર જેટલાં દીવસમાં બે વખત.

લોહભસ્મ ૧થી ૨ રતી, સીતોપલાદિ ચુર્ણ આશરે પા તોલો, મધ અને ઘી જરૂર જેટલાં, દીવસમાં બે વખત સવાર સાંજ.

Diseases Of Children.

બચ્ચાંના વ્યાધિઓ.

બાળકોને એક નહી પણું અનેક કારણોથી લોહી બગડવા તેમજ નબળાઇ આવવા સંભવ છે. એટલે બાળકોને તાવ, ઝાડો, મરડો, અજીર્ણ, વિગેરે વ્યાધિઓ વખતો વખત થઇ આવવા સંભવ છે. અને તેના પરિણામે બાળકોનું લોહી નબળું પડી જઇ શરીરમાં ઘણીવાર ફીક્કાશ આવી જાય છે. તેમજ કેટલાક બાળકોને પાચન તેમજ પોષણ ક્રિયાની ખામીથી દૌર્બલ્યતા Marasmus, અસ્થિ દૌર્બલ્યતા, Rickets. તેમજ કંઠમાળ scrofula. જેવા વ્યાધિઓ થઇ આવવા સંભવ છે. તેમજ કેટલાક બાળકોને ધુડ અગર માટી ખાવાની ટેવ પડી જવાથી, લોહીનો બીગાડ થઇ આવી શરીરમાં ફીક્કાશ આવી જાય છે. તેમજ બાળકોને માતા, ઓરી, તેમજ બીજા ઓખા નીકળ્યા પછી શરીરનું લોહી બગડી ગયેલું હોય છે અને તેથી શરીરમાં પિત્તનો દોષ રહી જઇ શરીરપર ગરમી અને ગડગુમડ ફુટી નીકળે છે અને તે વખતે લોહી સુધારવાની સાથે શરીરની શક્તિ વધારવાની પણ જરૂર છે. એટલે ઉપર કહેલ બચ્ચાના તમામ વ્યાધિઓમાં લોહભસ્મ એક ઉત્તમ ઉપાય છે.

લોહભસ્મ પા થી અર્ધી રતી, હરડેના ઘસારા સાથે મધ મેળવીને દીવસમાં બે વખત આપવું.

ઉપર પ્રમાણે આપવાથી બાળકોના તમામ વ્યાધિઓમાં ઘણો સારો ફાયદો થાય છે.

General accessory means for the treatment of Chronic diseases.

જીર્ણ વ્યાધિઓના સામાન્ય સહાયકારી ઉપાયો.

તીક્ષ્ણ વ્યાધિઓ કરતાં જીર્ણ વ્યાધિઓ જોકે તાત્કાલિક ઓછાં ભયંકર લાગે છેખરા પણ પરિણામે તે ઘણાં ભયંકર નીવડે છે. કેટલાક બહુ ભયંકર વ્યાધિઓ બાદ કરતાં ઘણી જાતના તીક્ષ્ણ વ્યાધિઓના સપાટામાંથી મનુષ્ય ઘણીવાર બચવા પામે છે પણ જીર્ણ વ્યાધિઓ જોકે તાત્કાલિક ભયંકર જણાતા નથી પણ એકંદર રીતે પરિણામે તે ઘણાં ભયંકર નીવડે છે અને તેમાંથી ઘણાં જુજ મનુષ્યો બચવા પામે છે. જીર્ણ વ્યાધમાં શરીર આસ્તે આસ્તે ઘસાય છે કે જે ઘસારો અગર શરીરનો ક્ષય પરિણામે ઘણોજ ત્રાસ દાયક થઈ પડે છે. બીજું જીર્ણ વ્યાધિઓ ઘણો લાંબો વખત ચાલે છે અને તેથી દરદી તેમજ સારવાર કરનાર બંન્ને કંટાળી જવા સંભવ છે, તેમજ જીર્ણ વ્યાધિમાં ખાનપાન વિગેરેમાં પણ ભુલ થવા સંભવ છે. ટુંકામાં કહેવાનું જે જીર્ણ વ્યધિઓ એકંદરે ઘણાં ભયંકર છે, અને તેટલા માટે તેની સારવારમાં પુણ કાળજી રાખવાની જરૂર છે. કેટલાક તીક્ષ્ણ વ્યાધિઓ માટે કેટલાક ખાસ ચોકસ ઉપાયો છે, કે જેઓ વ્યાધિના તીક્ષ્ણ સ્વરૂપમાં અદ્દભુત કામ કરે છે, પણ જીર્ણ વ્યાધિઓ મટવાનો આધાર દવાઓ કરતાં યોગ્ય સારવાર અને આરોગ્યવર્ધક કેટલાક સહાયકારી ઉપાયો ઉપર છે. જોકે દવાઓતો જરૂરની છે પણ મોટો આધાર યોગ્ય સારવાર વિગેરે પર છે મુખ્ય સહાયકારી ઉપાયો નિચે પ્રમાણે છે.

Diet in chronic diseases.

જીર્ણ વ્યાધિમાં ખોરાક.

જીર્ણ વ્યાધિમાં ખોરાક એ બહુ અગત્યની વાત છે, અને તેની યોગ્યતાપર વ્યાધિ મટવાનો આધાર છે. કેટલીકવાર કેવળ ખોરાકની ભુલચુકથી વ્યાધિ વખતો વખત ઉથલો મારી આવે છે અને કોઇકોઇવાર ભયંકર સ્વરૂપ પણ ધારણ કરી નાંખે છે. માટે દરેક જાતના જીર્ણ વ્યાધિમાં ખોરાક યોગ્ય જાતનો અને યોગ્ય પ્રમાણ અને સ્વરૂપમાં લેવો જોઇએ. સાધારણ રીતે દરેક જીર્ણ વ્યાધિમાં ખોરાક હલકો, જલદી પચી જાય તેવો, અને નિયમિત લેવો જોઇએ, જોકે તેને માટે કાંઇ ચોકસ ધોરણ બાંધી શકાય નહી, પણ તે દરેક દરદીની પ્રકૃતિ અને પાચન શક્તિનો વિચાર કરીને યોજવો જોઇએ.

વ્યાધિપરત્વે ભિન્ન ભિન્ન પ્રકારનો ખોરાક ઇષ્ટ છે અને તેનું અત્રે વિસ્તારથી વર્ણન કરવું મુશ્કેલ છે, તોપણ સાધારણ રીતે જીર્ણ વ્યાધિમાં જે ખોરાક અથવા ખોરાકનોક્રમ સર્વ માન્ય રીતે અનુકુળ છે તે નિચે પ્રમાણે છે.

દુધ એ સવ વ્યાધિમાં આપી શકાય તેવો એક ઉત્તમ ખોરાક છે અને શરીરને જોઇતા દરેક જાતના પોષણ કારક તત્વો ધરાવે છે. જેથી તેની વિચાર પુર્વક યોજના થાય તો દરેક વ્યાધિમાં તે બહુજ ફાયદા કારક થઇ પડે છે. દુધ એ બચ્ચા તેમજ જુવાનોને એક સરખો ઉપીયોગી ખોરાક છે, અને તીક્ષ્ણ તેમજ જીર્ણ વ્યાધિ બંન્નેમાં ખોરાક તરીકે ઉપીયોગી છે. કેટલીક વાર હોજરી તેમજ આંતરડાના જીર્ણ વ્યાધિઓમાં અને ફેફસાના જીર્ણ વ્યાધિઓમાં કેવળ દુધ એ ખોરાક તેમજ દવા તરીકે વપરાય છે.

જોકે દુધ એ ઉત્તમ જાતનો પોષણુ કારક ખોરાક છે, તોપણુ તે વાપરવામાં કેટલીક કાળજી રાખવાની જરૂર છે. કારણકે, કેટલીકવાર તે રીતસર વાપરવામાં ન આવે તો કેટલાક મનુષ્યોને માફક આવતું નથી અને કેટલાકને અજીર્ણ તથા ઝાડા જેવું થઇ આવે છે. દુધને બહુ ઉકાળીને ઘાટું કરવાની જરૂર નથી, પણ માત્ર સાધારણ રીતે એક ઉભરો આવે એટલું ગરમ કરીને પછી થંડુ થયે વાપરવું સારૂં છે. દુધ એકદમ ગટ ગટાવીને પીવું નહી જોઇએ, પણ જેમ એક બાળક ધાવતું હોય તેવી રીતે નાની ચમચી વડે થોડું થોડું પીવું જોઇએ, તેમજ એક વખતે વધારે પ્રમાણમાં દુધ લેવું નહી જોઇએ, પણ બબે અગર ત્રણ ત્રણ કલાકને અંતરે અગર તેથી ઓછે વધતે અંતરે થોડું થોડું લેવું જોઇએ.

દુધ સિવાય ઘણાં ખરા જીર્ણ વ્યાધિમાં બીજે નંબરે ખોરાકમાં સાબુ ચોખા, એરોરૂટ, અગર શેકેલા સાઠી ચોખાની કાંજી વધારે અનુકુળ છે. શરૂઆતમાં પાણી સાથે કાંજી કરી ઉપર દુધ નાંખીને આપવું. અને પછી જેમ પાચન શક્તિ સુધરતી જાય તેમ તેમ દુધની કાંજી કરીને આપવી. એ પ્રમાણે કાંજી પાચન થતાં જઠરાગ્નિ જરા સતેજ થયેથી દાળનું પાણી અને નરમ ભાત તથા ખીચડી વિગેરે આપવા અને એ પ્રમાણે આસ્તે આસ્તે મુળ ખોરાક પર આવવું.

કેટલાક વ્યાધિઓ જેવાકે મધુ પ્રમેહ કે જેમાં માત્ર અમુક ખોરાક જ આપી શકાય અને બાકી સ્ટાર્ચ તથા સાકર વાળા પદાર્થો કે જે આપણા ખોરાકનો મોટો ભાગ છે તે જરાપણુ આપી શકાય નહી. તેમજ ન્યુરેસ્થેનીયા, તથા હીસ્ટીરીયા, તથા જ્ઞાન તંતુના કેટલાક જીર્ણ વ્યાધિઓ અને ક્ષય વિગેરે કેટલાક વ્યાધિઓ કે જેમાં વધારે પ્રમાણમાં ખોરાક

આપી (over feeding) શરીરનું પોષણ કરવાનું છે, તે શિવાય ઘણાં ખરાં જીર્ણ વ્યાધિઓમાં ઉપર પ્રમાણે ખોરાકનો ક્રમ બરોબર છે.

બીજું પાચન શક્તિ અને આંતરડાંનાં જીર્ણ વ્યાધિઓ જેવા કે ઝાડો, મરડો, કોલાઇટીઝ, સંગ્રહણિ અને સ્પ્રુ વિગેરે વ્યાધિઓ મટવાનો મુખ્ય આધાર ખોરાકની યેાગ્યતા પર છે. તે વ્યાધિઓમાં ખોરાક બહુ હલકો, જલદી પાચન થાય તેવો અને યેાગ્ય પ્રમાણમાંજ જોઇએ. આવા વ્યાધિઓમાં તો શરૂઆતમાં ખોરાક પ્રવાહી રૂપમાંજ જોઇએ અને જરા પણ ધટ્ટ કે જેમાંથી સખત મળ પેદા થઇ આંતરડાંનાં શ્લેષ્માવરણનો Mucous membranes, જરાપણ ક્ષોભ કરે તેવો ખોરાક બીલકુલ નહી જોઇએ. આવા વ્યાધિઓમાં દવા કરતાં ખોરાકપર વધારે ધ્યાન આપવું જોઇએ કારણ કે ખોરાકની જરાપણ ભુલ થાય તો વ્યાધિ એકદમ વધી પડે છે.

બીજું આવા વ્યાધિઓમાં કેટલીક વાર કોઇપણ જાતનો નક્કર ખોરાક માફક આવતો નથી, તે વખતે કેવળ દુધ અગર છાશ પર દરદીને રાખવો પડે છે અને તેથી કેટલીકવાર અજાયબ કરે તેવો ફાયદો થાય છે.

Rest. — આરામ.

આરોગ્યતાને અર્થે તેમજ વ્યાધિના નિવારણ અર્થે આરામની બહુ જરૂર છે, અને કેટલાક વ્યધિઓમાં તો આરામ એ મુખ્ય અને કીમતી ઔષધનું કામ કરે છે. કેટલીકવાર કોઇ મોટા વ્યાધિ માટે કોઇ બહુ હુશીઆર વૈદ કે દાકટરની સલાહ લેવાં જતાં પુર્ણ તપાસ કર્યા પછી તેના તરફથી દવાના પ્રીસક્રીપ્શનમાં "તમોને સંપુર્ણ આરામની

જરૂર " છે. માત્ર એટલીજ સલ્લાહ આપવામાં આવે ત્યારે આપણને કેટલીકવાર અજાયબી લાગે છે. પણ ખરૂં જોતાં તેમાં અજાયબ થવાજેવું કાંઇ નથી, કારણકે આરામ એ ખરેખર બહુજ ઉત્તમ ઉપાય છે અને એ પ્રમાણે આરામ લેવાથી ઘણાં વ્યાધિઓમાં બહુ સારો ફાયદો થાય છે, અને કીંમતી દવાઓપણ યેાગ્ય આરામ લેવાય તેાજ ફાયદો કરી શકે છે.

આરામના પણ કેટલાક પ્રકાર છે. જેમકે શારીરિક આરામ, Physical rest, માનસિક આરામ Mental rest. તેમજ સંપુર્ણ આરામ, એટલે Absotule rest of body and mind. વિગેરે. કેટલાક તીક્ષ્ણ તેમજ જ્ઞાનતંતુ અને મગજના વ્યાધિઓમાં સંપુર્ણ આરામની જરૂર છે અને તે વખતે દરદીને હરવા ફરવા કે ઉઠવા બેસવા દેવામાં આવતું નથી, એટલુંજ નહી પણ દરદીને પડખું સરખું પણ વધારે વખત હેરફેર કરવા દેવામાં આવતું નથી, અને તે સાથે મનમાં પણ કોઇ જાતનેા વિચાર સરખેા પણ કરવાની મનાઇ કરવામાં આવે છે. આ પ્રમાણે સંપુર્ણ આરામ તેા ઘણું કરીને સખત વ્યાધિઓમાં જરૂરનેા છે, પણ લાંબા વખતના અને જીર્ણ વ્યાધિમાં સામાન્ય પ્રકારનેા શારીરિક અને માનસિક એમ બંન્ને પ્રકારનેા આરામ મળવેા જોઇએ.

જીર્ણ વ્યાધિમાં સામાન્ય આરામ મળવેા જોઇએ, એટલે કોઇ પણ રીતે શરીરને વધારે શ્રમ પડે તેવું કાંઇ પણ કામ નહી કરતાં દરદીએ પેાતાનેા વખત જે પ્રમાણે પેાતાને સુખ અને આરામ મળે તે પ્રમાણે સુવા બેસવામાં ગાળવેા જોઇએ, એટલે થેાડેા વખત પથારીમાં લાંબા પડયા રહીને સુવું જોઇએ. અને થેાડેા વખત ખુલ્લી હવામાં બેસીને આરામ લેવેા જોઇએ.

માનસિક આરામ Mental Rest—શારીરિક આરામની સાથે માનસિક આરામ પણ મળવો જોઇએ, એટલે ધંધા રોજગાર સંબંધી અગર બીજા કોઇ પણ કાર્ય સંબંધી મનમાં બહુ વિચાર કરવો નહીં જોઇએ. તેમજ કોઇ જાતની ચિન્તા, દીલગીરી, કે ભય વિગેરે હોય તે દુર કરવા જોઇએ. કારણ કે કદાચ દરદી પથારીમાં પડી રહ્યો હોય પણ તેનું મન જો અનેક જાતના વિચાર વમળમાં હોય અગર તો કોઇ જાતની ચિન્તા, દીલગીરી કે માનસિક વ્યથા ચાલુ હોય તો દરેક જાતના ઉપાયો નકામાં છે, માટે દરદીને દરેક રીતે માનસિક આરામ મળે તેમ કરવું જોઇએ. દરદીએ મનમાંથી દરેક જાતની ચિન્તા, દીલગીરી કે વિચાર દુર કરી મનને આનંદ મળે તેવી નિર્દોષ વાતચિત અગર રમત ગંમતમાં અગર પ્રિય સંગીત વિગેરેમાં મનને રોકી મનને દરેક રીતે વિશ્રાંતી મળે તેમ કરવું જોઇએ, અને તે પ્રમાણે મન અને શરીરને આરામ અને વિશ્રાંતિ મળતાં વ્યાધિમાં ઘણો સારો ફાયદો થાય છે,

Sleep ઉંઘ—સૌથી ઉત્તમ પ્રકારનો આરામ ઉંઘથી મળે છે. ઉઘમાં શરીર અને મન એ બંન્ને આરામમાં હોય છે, અને વ્યાધિ વિગેરેથી શરીરને જે ઘસારો લાગ્યો હોય તે ઉંઘથી દુર થાય છે. એટલે તંદુરસ્ત અવસ્થામાં જેટલી ઉંઘની જરૂર છે, તે કરતાં પણ મંદવાડના વખતમાં ઉંઘની વધારે જરૂર છે. જીર્ણ વ્યાધિમાં દરદીએ રાત્રીએ તેમજ થોડો વખત દીવસે પણ થોડી ઘણી ઉંઘ લેવી જોઇએ.

Pure Air ચોખ્ખી હવા—જેવી રીતે આરોગ્ય અવસ્થામાં શુદ્ધ હવાની જરૂર છે તેવીજ રીતે બલકે તેથી વધારે પ્રમાણમાં

વ્યાધિ ગ્રસ્ત અવસ્થામાં પણ તેની જરૂર છે. શુદ્ધ હવાથી લોહીની શુદ્ધિ જળવાઇ રહે છે, અને પાચન શક્તિ પણ ઠીક રહે છે. ચોખ્ખી અને ખુલ્લી હવા એ પ્રાણી માત્રનું મુખ્ય જીવન છે, એટલુંજ નહી પણ ઘણા ખરા વ્યાધિઓમાં તો તે એક મોટામાં મોટી અને અકસીર દવાનું કામ કરે છે. ક્ષય રોગ જેવા ફેફસાના વ્યાધિમાં તો જો કોઇ ઉપાય સારી અસર કરી શકતો હોય તો તે એક "ચોખ્ખી અને ખુલ્લી હવા માત્રજ" છે, એમ સિદ્ધ થયું છે. ટુંકામાં કહેવાનું જે આરોગ્ય અવસ્થાની પેઠે વ્યાધિ ગ્રસ્ત અવસ્થામાં પણ દરદીના સુવા બેસવાના ઓરડાના બારી બારણા ખુલ્લાં રાખી ચોખ્ખી અને ખુલ્લી હવાનો દરદીએ બને તેટલો લાભ લેવો, અને જેમ કેટલાક મનુષ્યો હવાથી બહુજ બીએ. છે તેમ હવાથી બીહવાનું કાંઈ કારણ નથી. એટલે હવા કોઇ જાતની વ્યાધિ કરતી નથી. માત્ર હવાની બાબતમાં એટલું ધ્યાન રાખવું જે થંડીના વખતમાં તેમજ શરદી વિગેરે જણાતું હોય ત્યારે થંડી હવાના સખત ઝપાટા શરીર પર સીધા ન આવે તેનો ખ્યાલ રાખવો, કારણ કે તેથી કેટલીક વાર નુકસાન થવા સંભવ છે.

Light પ્રકાશ—હવાની પેઠે પ્રકાશની પણ પુરી જરૂર છે. પ્રકાશથી શરીરની આરોગ્યતા સારી રહે છે. પ્રકાશની ખામી અને અંધકારથી જેમ કેટલાક હલકા પ્રકારના પ્રાણિઓ અને વનસ્પતિસરખી પણ પુર્ણપણે વિકાશ થઇ શકતા નથી. તેજ પ્રમાણે પ્રકાશની ખામીથી મનુષ્યોના શરીરની પણ જેવી જોઇએ તેવી આરોગ્યતા સચવાતી નથી, અને કેટલાક પ્રકારના વ્યાધિઓ થઇ આવે છે, અને તેમાં ખાસ કરીને પાન્ડુરોગ, કલોરોસીસ, સ્ક્રોફ્યુલા અને રીકેટસ જેવા વ્યાધિઓ

પ્રકાશની ખામીથીજ કેટલીક વાર થઇ આવતાં જોવામાં આવે છે. માટે આરોગ્યતાને અર્થે પ્રકાશની હવાના જેટલીજ જરૂર છે, અને વ્યાધિ ગ્રસ્ત અવસ્થામાં તો ખાસ જરૂર છે. માત્ર આંખના કેટલાક સખત વ્યાધિઓમાંજ પ્રકાશ પ્રતિકુળ છે, બાકી સર્વ અવસ્થામાં તેની જરૂર છે. માટે દરદીએ પોતાનો ઘણો ખરો વખત ખુલ્લી હુવા અને પ્રકાશમાં કાઢવો જોઇએ.

Exercise કસરત—જો કે વ્યાધિ ગ્રસ્ત અવસ્થામાં વધારે પ્રમાણમાં આરામની જરૂર છે, તોપણ જેમ જેમ વ્યાધિ કમી થતો જાય અને ખોરાક ઠીક લેવાતો જાય તેમ તેમ તેની સ્થિતિ બરોબર ચાલુ રહે અને ખોરાકનું સારી પેઠે પાચન થાય તેટલા માટે અનુકુલ પડે તે પ્રમાણે શરીરને થોડો થોડો શ્રમ આપતા રહેવું જોઇએ. કારણ કે જો બીલકુલ શ્રમ નહીં આપતાં તદન પડી રહેવામાં આવે તો બરોબર અનાજનું પાચન થતું નથી, તેમજ સ્નાયુ અને ગાત્રને જરા પણ કસરત નહીં મળવાથી તેઓમાં પણ જલદી ચૈતન્ય આવતું નથી. માટે જેમ જેમ શરીરે આરામ થતો આવે તેમ તેમ થોડી કસરત કરતાં રહેવું. કસરત કરવી એટલે કાંઇ મોટી મોટી કસરતો કરવાની નથી પણ ખુલ્લી હવામાં થોડું થોડું પગે ચાલીને ફરતાં રહેવું. પગે ચાલીને ફરવું એ સર્વથી ઉત્તમ અને નિર્દોષ કસરત છે. ફરવાથી ખુલ્લી હવાનો લાભ મળે છે, લોહીની શુદ્ધિ અને વૃદ્ધિ સારી થાય છે, અને પાચન શક્તિ સુધરી આવી વખતસર ખોરાકની રૂચી થાય છે. અને એકંદર રીતે જલદી આરામ થવામાં મદદગારરૂપ થઇ પડે છે.

Massage ચંપી—કેટલાક જીર્ણ વ્યાધિઓ કે જેમાં શરીર દીવસે દીવસે ઘસાતું અને ક્ષીણ થતું જતું હોય તેવા વ્યાધિઓમાં તેમજ મંદવાડ પછીના વળતર ભાગના convalescnce વખતમાં ચંપીથી સારો ફાયદો થાય છે. ચંપીથી લોહીનું હરવું ફરવું સારૂ થાય છે અને સ્નાયુઓને તાકાત મળે છે. ચંપીમાં સ્નાયુઓને દાબવું, મસળવું તથા થાબડવું વિગેરે ક્રિયાઓનો સમાવેશ થાય છે. ચંપી એટલે ગમે તે રીતે શરીરને દાબવું એમ નથી પણ તેમાં ખાસ અનુભવ અને જ્ઞાનની જરૂર છે. ચંપી કરવામાં કુશળ મનુષ્યો સ્નાયુઓની જાડાઇ પ્રમાણે તેમજ દરદીના બળાબળ પ્રમાણે ઓછા વધતા જોરથી એક છેડાથી બીજા છેડા સુધી હૃદયની Heart બાજુ તરફ દાબે અગર મસળે છે. એવી રીતે ચંપી કરવાથી દરદીને ફાયદો થાયછે અને જે અવયવો શિથિલ અને ચૈતન્ય રહિત થઇ ગયા હોય તેમાં લોહીને હરવું ફરવું ઠીક થઇ સતેજ થઇ આવે છે. નિયમ તરીકે ચંપી જમ્યા પહેલાં કે જમ્યાં પછી તરતજ કરાવવી નહી પણ એકાદ કલાક આગળ પાછળ કરાવવી. ચંપી કરતાં ચામડીને સ્નિગ્ધ રાખવા માટે તેલ વિગેરે ચોળીને ચંપી કરવી ઠીક છે.

જે. જે. દવેની લોહભસ્મ.

ઉત્તમ, રક્તશોધક, પૌષ્ટીક અને શક્તિ વર્ધક દવા.

અમારે ત્યાં બહુજ ઉત્તમ લોહભસ્મ બનાવવામાં આવે છે. લોહભસ્મ એ કાંઇ પેટન્ટ અગર કોઇ જાતની ગુપ્ત દવા નથી પણ આયુર્વેદ તેમજ યુનાની વૈદક શાસ્ત્રમાંની એક બહુજ પૌષ્ટીક અને રક્તશોધક દવા છે. તેના ગુણનો આધાર તેની ઉત્તમ અને કાળજી પૂર્વક બનાવટ પર રહે છે. અમારે ત્યાં લોહભસ્મ બહુ કાળજીથી અને વિધિપૂર્વક બનાવવામાં આવે છે અને આ પુસ્તકમાં લખ્યા પ્રમાણે તે ચોકસ ફાયદો કરે છે જેથી દરેક મનુષ્યોને તે વાપરવાની ખાસ ભલામણ કરવામાં આવે છે. એક તોલો લોહભસ્મ એક મહીના સુધી ચાલી શકે છે. **કીંમત તોલા અરધાની બાટલી ૧ નાં રૂ. ૨–૧૨–૦. તોલા એકની બાટલી ૧ નાં રૂ. ૫–૦–૦.**

ચોસઠ પહોરી પીપર.

પીપર એ દેશી વૈદકમાં એક બહુજ ઉપયોગી અને ઘરગતુ દવા છે, અને તે ઘણાં રોગોમાં કોઇ ભસ્મ અગર માત્રાના અનુપાન તરીકે અગર એમને એમ એકલી પણ વપરાય છે. અને તેમાં લોહભસ્મના અનુપાન તરીકે તે બહુજ ઉપયોગી છે. પીપરનો સામાન્ય ગુણ ઉષ્ણ, દીપનપાચન, વાતહર, ઉત્તેજક અને પૌષ્ટીક છે, અને તેથી સરદી, ખાંસી, દમ, છાતીની મુઝવણ, મંદાગ્નિ, અરૂચી તથા સામાન્ય નબળાઇ વિગેરેમાં લોહભસ્મ જેવા કોઇ માત્રાના અનુપાનમાં તેમજ એકલી પણ વાપરવાથી સારો ફાયદો થાય છે. પીપર જેમ બારીક અને વધારે વખત પીસેલ હોય તેમ વધારે ગુણકારક ગણાય છે. **કીંમત ચોસઠ પહોરી પીપર તોલા એકના રૂ. ૦–૮–૦. બત્રીસ પહોરી તોલા એકના રૂ. ૦–૪–૦.**